Cucina CS150

LA CUCINA ITALIANA

Direttore responsabile
Paolo Cavaglione

Vicedirettore
Paolo Paci ppaci@quadratum.it

Redazione
Emma Costa *(caposervizio)* ecosta@quadratum.it
Maria Vittoria Dalla Cia vdallacia@quadratum.it
Laura Forti lforti@quadratum.it
Angela Odone aodone@quadratum.it
Cristina Poretti cporetti@quadratum.it

Ufficio grafico
Rita Orlandi *(responsabile)* rorlandi@quadratum.it
Sara Di Molfetta sdimolfetta@quadratum.it

Cucina sperimentale
Joëlle Néderlants jnederlants@quadratum.it
Chef: Sergio Barzetti - Davide Novati - Davide Oldani
Walter Pedrazzi - Alessandro Procopio - Raffaele Rignanese
Consulenza gastronomica: Walter Pedrazzi

Segreteria di redazione
cucina@quadratum.it
Claudia Bertolotti cbertolotti@quadratum.it
Carmela Gabriele cgabriele@quadratum.it
Michela Vergani mvergani@quadratum.it
Elena Villa *(photo editor)* evilla@quadratum.it

Progetto grafico
Rita Orlandi e Sara Di Molfetta

Styling
Beatrice Prada

Unità Organizzativa Redazionale di Editrice Quadratum
Cristina Berbenni, Patrizia Cazzola, Beppe Ceccato,
Cristina Chiodi, Francesco Sangalli, Elisabetta Turillazzi

Hanno collaborato
Yoel Abarbanel, Elisabetta Bodini, Luigi Caricato, Cristina Dal Ben,
Giorgio Donegani, Nicola Giglio, Gianna Melis, Cristina Nava,
Stanislao Porzio, Carlo Spinelli, Stefano Tettamanti, Cristina Turati,
Giuseppe Vaccarini, Michele Weiss

Per le foto
Romeo Balancourt, Contrasto, Caio Esteves Ribas, Sonia Fedrizzi,
Giovanni Gastel, Riccardo Lettieri, Luz Photo, Gaia Marturano,
Sandro Michahelles, Photolibrary, Beatrice Prada, Isabella Reverdini,
Ludovica Sagramoso Sacchetti, Sime, Tipsimages, Mirco Toffolo Rossit

---

Direzione editoriale
Paolo Cavaglione

Consulenza editoriale
Paola Ricas

Product manager
Giovanna Resta Pallavicino

Cappa F-light Generation - modello Luxia

TORTUGA - KITIRI

F-light. Una vera rivelazione.

F-LIGHT: LA CAPPA LAMPADARIO CHE SCENDE DAL CIELO

Trattenete il fiato, è il momento di F-light Generation, la più sorprendente linea di cappe FABER. Vetro e acciaio prendono vita in un design straordinario. Dall'alto illumina la tua cucina con l'eleganza di un magnifico lampadario. Poi, al tuo comando, scende lentamente sui fuochi e si rivela cappa, in tutta la sua silenziosa potenza aspirante. Adesso potete respirare.

Scopri la magia di F-light

www.faberspa.com

S.DI MOLFETTA/R.ORLANDI

Per informazioni e consigli dalla redazione: cucina@quadratum.it / tel. 02706421

IN CUCINA QUESTO MESE Lo chef Walter Pedrazzi completa la "terrina di coniglio"; Ludovica Sagramoso Sacchetti prepara il set; Joëlle Néderlants pennella di uovo i "mini casatielli"; Sergio Barzetti dà forma agli arancini mentre viene fotografato da Sara Di Molfetta.

Guide e menu

Attualità

Nella nostra cucina

30

114

Arredamento e design

Approfondimenti

Rubriche

N. 4 - Aprile 2011
Rivista mensile - Anno 82°
DIREZIONE E REDAZIONE
Editrice Quadratum S.p.A.
P.zza Aspromonte 13
20131 Milano - tel. 02706421
IN COPERTINA
Foto di Beatrice Prada
(ricetta a pag. 62)
Piatto L'Abitare, fondo di carta da parati Marimekko. Indirizzi nell'ultima pagina.

68
44
61
57
124
107
53
71

71 ricette e le istruzioni per l'uso

L'indice dello chef

Ogni piatto è realizzato dai nostri chef nella cucina in redazione, senza alcun artificio, come se fosse fatto a casa. E dopo lo scatto fotografico viene sempre assaggiato dal direttore, dallo chef e dai redattori

»

GLI ABBINAMENTI VINI/ACQUE/RICETTE sono di Giuseppe Vaccarini. Già nel 1978 Miglior Sommelier del Mondo, è presidente dell'Associazione della Sommellerie Professionale Italiana, dopo essere stato il presidente dell'Association de la Sommellerie Internationale.

RIGUARDO AGLI ABBINAMENTI ACQUE MINERALI/RICETTE, ricordiamo che quelle minimamente mineralizzate, di gusto leggero, hanno residuo fisso (sali totali presenti) fino a 50 mg per litro; le oligominerali, di gusto delicato, da 51 a 500 mg per litro; le mineralizzate, di gusto pieno, da 501 a 1500 mg per litro.

Con le nostre ricette

7menu per aprile

Il verde tenero e i sapori stuzzicanti di asparagi e fave, taccole ed erbe si mescolano alle uova, ai pesci, a tenere carni bianche. Per portare a tavola piatti che sanno di nuovo e di fresco

Grande pranzo di Pasqua

Terrina di coniglio_*pag. 50*
+
Ravioloni di ricotta con pesto di santoreggia_*pag. 54*
+
Spinacino di vitello farcito di agnello e frittata_*pag. 68*
+
Tronchetto di Pasqua_*pag. 77*

Vegetariano

Chicche di mais con bietole e cipollotto_*pag. 54*
+
Torta agli asparagi bianchi_*pag. 64*
+
Zabaione freddo al cioccolato_*pag. 107*

Goloso con pesce

Riso Basmati al salto con asparagi e capesante_*pag. 54*
+
Tranci di pesce alla romagnola_*pag. 58*
+
Sformatini di riso dolce con ganache_*pag. 74*

Una sera in famiglia

Zuppa di borragine con polpettine di pollo_*pag. 57*
+
Scottadito alla salvia e limone_*pag. 40*
+
Tartellette con marmellata casalinga di fragole_*pag. 124*

Il buono della semplicità

"Carbonara" di verdure_*pag. 57*
+
Spiedini misti_*pag. 61*
+
Piccole mimose alla ricotta_*pag. 74*

Per gourmet marinari

Ostriche con insalata di radici_*pag. 109*
+
Insalata di mare con le taccole_*pag. 58*
+
Mini pastierine_*pag. 79*

Un brunch a primavera

Carciofi marinati con fave e pecorino_*pag. 106*
+
Frittatine con polpette di vitello_*pag. 124*
+
Crostata con crema di semolino_*pag. 107*

ARCHIVIO LA VENARIA REALE

dal 16 aprile

Alla Reggia di Venaria Reale

Sontuosi orti d'Italia

Chi ama con un sol cuore la natura, l'architettura, la storia, gli orti, i giardini e l'Italia, a partire dal 16 aprile può andare alla Reggia di Venaria Reale, a Torino, dove si inaugura il Potager Royal: 10 ettari di orti, frutteti e fioriture, realizzate dal Consorzio La Venaria Reale e dal Comitato Italia 150. Il progetto fa da sontuosa cornice a una serie di eventi, percorsi tematici, mostre ideate per celebrare durante tutto il 2011 la festa d'Italia. Visite guidate consentono di conoscere i vari aspetti legati alla coltivazione di frutta e verdura, compreso il loro utilizzo in cucina. Fino a novembre, poi, grandi chef prepareranno ogni mese le "Cene Regali" nella Galleria Grande e si potranno acquistare le eccellenze enogastronomiche d'Italia nel Mercato allestito negli spazi della Reggia.

La Venaria Reale, Torino, informazioni e prenotazioni www.lavenariareale.it

Pic&nic

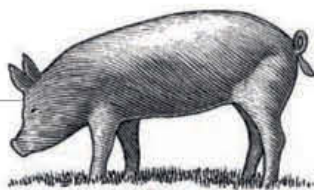
Un bastone e una sportina a quadretti bianchi e rossi che diventa una tovaglia: è questo il "kit" che viene consegnato ai partecipanti di "Pic&Nic a Trevi", borgo umbro immerso tra gli ulivi. L'iniziativa, alla sua IV edizione, prevede un grande picnic diffuso, trekking panoramici lungo il Sentiero degli Ulivi e degustazioni di prodotti tipici, soprattutto olio.

www.picnicatrevi.it

15/17 aprile

Po(r)co ma buono

Nasce Cibus Tour, nuova manifestazione dedicata al food italiano rivolta al grande pubblico, organizzata da Parma Fiere: eccellenze regionali italiane, prodotti biologici e approfondimenti sulla nutrizione. All'interno, Slow Food organizza "Po(r)co ma buono", grande evento dedicato alla filiera della carne suina: 2500 mq di salumi italiani, tra cui i grandi Dop e Igp d'Italia e salumi più rari e poco noti, tutelati dai Presidi Slow Food.

www.cibustour.it, www.slowfood.it

Appuntamenti

7-11 APRILE
Venti regioni per venti vitigni

A Verona, la 45esima edizione di Vinitaly, la più importante fiera del settore vinicolo, presenta la "Bottiglia dei 150 anni dell'Unità d'Italia", declinata in bianco e in rosso: due vini ottenuti miscelando 20 vitigni ognuno, provenienti dalle 20 regioni d'Italia. Un vino che diventerà simbolo dell'eccellenza italiana nel mondo.

www.vinitaly.com

2-17 APRILE
Fioriscono i meli

Lana, borgo tra Merano e Bolzano, celebra la primavera e la fioritura dei meli con mercatini, degustazioni, biciclettate e visite al Museo della frutticoltura.

www.lana.info

15-17 APRILE
Italia Beer Festival

Appuntamento a Villa Piccolomini, a Roma, con il festival organizzato dall'Associazione Degustatori Birra, dedicato ai microbirrifici artigianali italiani: corsi, eventi e degustazioni.

www.degustatoribirra.it

La piramide delle cinque

Mai come per il tè l'importanza del dettaglio è fondamentale per celebrare il rito: certo, serve la qualità di base, e TeaForté la garantisce con una attenta selezione di foglie ed erbe. Ma la bontà della materia prima è poi valorizzata dalla confezione, dalle bustine piramidali e dalla "firma" di TeaForté, la fogliolina sulla sommità. Un modo per rendere ancor più meditata e speciale una "pausa tè".

TeaForté, distribuito da Livingemotion, tel. 0332220204, www.teaforte.it

Giovani chef a Milano

Ispirazione pittorica

Cuoco (Lorenzo Santi), proprietario (Francesco Germani), camerieri, spesso anche i clienti: minimo comun denominatore, sono tutti giovanissimi. Altra caratteristica condivisa: l'amore per la qualità. Con queste premesse, il ristorante "La maniera di Carlo", aperto di recente nel centro di Milano, non può essere un locale comune. In un ambiente intimo e di toni classici, con giardinetto interno per la bella stagione, si ordinano piatti di presentazione decisamente pittorica e dai nomi complessi, come il battuto al coltello di ombrina, gamberi, seppia e piovra; il piccione scomposto, scalogni ubriachi ripieni, costine saltate e il suo fondo; i ravioli ripieni di baccalà affumicato su acqua di mare e tartare di gambero rosso. Ma non si tratta di fumo negli occhi: in primo piano c'è sempre la qualità della materia prima, selezionata presso piccoli produttori di carni e salumi, verdure e formaggi, sparsi per la Penisola. Pasta, pane e grissini sono fatti in casa.

***La maniera di Carlo**, via Pietro Calvi 2, Milano, tel. 0276024261, www.lamanieradicarlo.it*

Una Fassona a Milano

I prodotti che sfilano sugli scaffali del QB, 300 mq di Mercato e Cucina, hanno superato diversi livelli di valutazione: qualità innanzitutto, rapporto qualità-prezzo, tracciabilità, affidabilità. Così, per esempio, nel reparto frigo, si trova la coscia trita di Fassona piemontese della macelleria Oberto, da mangiare cruda: freschissima, sottovuoto, è davvero di prima scelta. Al QB pranzi, cene, aperitivi e brunch domenicale.

QB Mercato e Cucina, via Cenisio 10A, Milano, tel. 0249523555

Puglia in formato grand gourmet

G.MARTURANO

Negroamaro, Primitivo di Manduria, Aleatico e tante altre etichette; olio extravergine Dop e leccornie come pâté di lampascioni, carciofi sott'olio, cavatelli, caciocavallo, confetture di mele cotogne, mandorle al cioccolato… C'è il meglio della gastronomia pugliese nella nuova sede del Movimento Turismo del Vino. Non è proprio al centro di Bari, ma la deviazione merita. **P.C.**

***Movimento Turismo del Vino Puglia**, via Sangiorgi 15, Bari, tel. 0805233038, www.mtvpuglia.it*

Ballarini interpreta il bianco con Keravis WhiteStone, l'antiaderente chiaro di ultima generazione. Dalla ricerca Ballarini nasce la gamma Salento dotata di Keravis WhiteStone, il primo e unico rivestimento antiaderente chiaro rinforzato con particelle ceramiche.

Salento Keravis WhiteStone collection

perchè chiaro | Al bianco si associa da sempre l'idea di pulito, di sano e di naturale. Ma per Ballarini una pentola con rivestimento bianco non è esattamente come una pentola con rivestimento chiaro. La nuova linea di pentole Salento Keravis WhiteStone è decisamente diversa dai normali utensili ceramici presenti in commercio, che a sua volta l'azienda produce viste le attuali richieste del mercato. Ciò che l'azienda ha fortemente voluto per i propri rivenditori qualificati è un rivestimento veramente antiaderente: è questa la caratteristica fondamentale che porta il prodotto ad avere dei plus inimitabili. Ed è questa è la sua proposta qualitativa in alternativa al ceramico perché per sua natura il ceramico non è antiaderente. Salento, tra le collezioni offerte dalla Ballarini, è quella che meglio esprime il rapporto tra elevati standard qualitativi dei materiali utilizzati e della tecnologia applicativa dei rivestimenti con il prezzo, viene commercializzata con il nuovo rivestimento in un'ampia scelta di misure e formati.

le caratteristiche | Innanzitutto è un vero antiaderente ed è quindi possibile lavare l'utensile in lavastoviglie senza compromettere le proprietà del rivestimento. Ma questo non è l'unico punto di forza. Un vero antiaderente consente di cucinare nel pieno rispetto delle regole di una sana e corretta alimentazione perché è ideale per cucinare senza oli e senza grassi; è per sua natura molto resistente ai graffi e comunque l'eventuale scalfitura consente l'utilizzo dell'utensile in totale sicurezza. Inoltre l'altissima stabilità termica di Keravis WhiteStone garantisce l'inalterabilità totale nel tempo anche a regimi termici elevati.
Secondo il test di laboratorio dell'Istituto tedesco LGA, Keravis WhiteStone ha infatti caratteristiche di resistenza all'abrasione identiche a quelle dei migliori rivestimenti antiaderenti. Il test dimostra per esempio che la resistenza al graffio e la durata dell'antiaderenza sono di gran lunga superiori agli utensili con rivestimenti ceramici.

Ing. Francesco Ferron
resposnsabile tecnico

BALLARINI PER L'INNOVAZIONE

Valori, tecnologia, performance e rispetto per l'ambiente incontrano l'estetica

Foto Fabrizio Chyrek

Salento WhiteStone è un prodotto certificato e garantito 5 anni da Ballarini, distribuito nei migliori negozi di casalinghi.

Ballarini Paolo & Figli SpA
Rivarolo Mantovano (MN)
tel. 0376.9901
www.ballarini.it

i punti di forza del prodotto

- Veramente antiaderente
- Ideale per lavaggi in lavastoviglie
  L'uso prolungato in lavastoviglie non compromette le proprietà del rivestimento
- Ideale per cucinare senza oli e senza grassi
  Nel pieno rispetto delle regole di una sana e corretta alimentazione grazie al rivestimento antiaderente
- Grande resistenza ai graffi
  L'eventuale graffio consente comunque l'utilizzo dell'utensile in tutta sicurezza
- Rivestimento antiaderente ad altissima stabilità termica
  Garantisce inalterabilità totale nel tempo anche a regimi termici elevati

A.HARTWIG

Le nuove linee Hering Berlin

Poesia della porcellana

Porcellana liscia come la seta per le tazzine "Velvet", delicate righe in rilievo per i piatti e il vaso "Pulse", piccoli fori rotondi fatti a mano (fino a 6500 a seconda delle dimensioni) per i piatti "Cielo". Le tre nuove linee di Hering Berlin si possono mescolare e sovrapporre per apparecchiature sempre diverse. Stephanie Hering, che ha creato il marchio a Berlino nei primi anni Novanta, intende valorizzare gli oggetti in porcellana bianca nella loro declinazione più pura e poetica, pur prestando grande attenzione al design moderno. "Le mie porcellane", dice Stephanie Hering, "possono sembrare un po' riservate, a volte, ma sanno far sentire la loro presenza". Nonostante l'apparente delicatezza, queste porcellane, lavorate a mano su torni, sono molto più resistenti di quelle lavorate industrialmente e possono essere lavate senza problemi in lavastoviglie. **C.P.**

Hering Berlin, da € 47 (per la tazzina), www.hering-berlin.de

Freddo trolley

Spiritose e scintillanti, le borse termiche della linea "Be Cool" disegnate da Volker Hundertmark per il marchio tedesco Wunasia sono un must apprezzato per la praticità e l'efficienza: mantengono la freschezza di cibi e bevande fino a 6-8 ore. Leggero e molto maneggevole, il trolley è ideale per chi ama il campeggio e gli spostamenti nel tempo libero. Le dimensioni? 50x27x33,5 cm. **C.P.**

Wunasia, € 165,60, www.wunasia.de

Tagliati per il colore

Rosa, verde, arancione. I coltelli piacciono di più se hanno i manici pieni di colore. Come i nuovi "N° 125" della storica casa francese Opinel: design classico e tinte sgargianti. La collezione "N° 125" ha lame in acciaio inossidabile Sandvik modificato che garantisce una qualità di taglio eccezionale. I manici in legno sono verniciati in 12 colori adatti per andare in lavastoviglie. M.W.

Opinel, € 35 la serie di 4, www.opinel.com

C.KOCH

Trita erbe con rispetto

Trita finemente tutti i tipi di erbe fresche. "Herb Mill" è dotato di centinaia di dentini, posti sulle lame a doppia azione, che sminuzzano con delicatezza le erbe, senza lacerarne le fibre e danneggiarne il patrimonio aromatico. Il coperchio, dal design ergonomico e in materiale soft touch, garantisce una facile e sicura impugnatura. Dopo l'utilizzo, le parti possono essere separate e messe in lavastoviglie. **C.P.**

Microplane, € 39,95, www.microplane.com

a cura di Emma Costa

Una colomba per Pasqua

Il dolce della nonna di Maria Luisa

"Fra una bella camicetta o un bel coltello non ho dubbi: compro il coltello! Ho una vera mania anche per le pentole, ma ho dovuto fare un patto con mio marito: posso comprarne una nuova solo se ne butto una vecchia, perché purtroppo abbiamo una cucina piccola", dice Maria Luisa Cesarano, venuta da Genova per fare la colomba che a Pasqua le preparava sempre la nonna. "È una ricetta facile ma di grande effetto. Ne uso l'impasto non solo a Pasqua: messo in stampi piccoli dà soffici dolci in qualsiasi periodo dell'anno, perfetti per la colazione o da gustare a fine pasto, magari con un po' di Champagne che è la mia passione: lo berrei anche con la pasta al burro! Ma poi la linea...".

UNA COLOMBA FACILE

Tempo: circa 1 ora e 20' più il raffreddamento

Ingredienti per 8-10:
• farina g 500 • zucchero g 300 • burro g 150 • mandorle pelate g 100 • granella di zucchero g 100 • uvetta g 50 • pinoli g 50 • 3 uova • 1 bustina e mezza di lievito vanigliato • latte • Marsala • acqua di fiori d'arancio • sale

■ Lasciate ammorbidire per 10' l'uvetta in 2 cucchiai di Marsala. Separate i tuorli dagli albumi mettendoli in due diverse ciotole, montate gli albumi a neve ben ferma con un pizzico di sale e imburrate uno stampo in carta per 1 chilo di colomba.

■ Mescolate, con la frusta, i tuorli con lo zucchero, unite poi g 140 di burro morbido a pezzetti.

■ Ammorbidite l'impasto con un paio di cucchiai di latte, quindi aggiungete la farina, poco alla volta, amalgamando bene. Profumate con alcune gocce di acqua di fiori d'arancio; aggiungete all'impasto, prima i pinoli e poi gli albumi montati, mescolando delicatamente. Unite quindi l'uvetta con tutto il Marsala e, per finire, il lievito fatto cadere da un setaccino, amalgamando bene per rendere omogenea la lievitazione.

■ Versate nello stampo, distribuite sulla superficie mandorle e granella di zucchero e infornate a 180 °C per 50-55' a modalità ventilata. Controllate la cottura con uno stecchino, sfornate e lasciate intiepidire. Servite la colomba ancora nello stampo di carta.

Applicazioni golose

Se il sommelier è elettronico

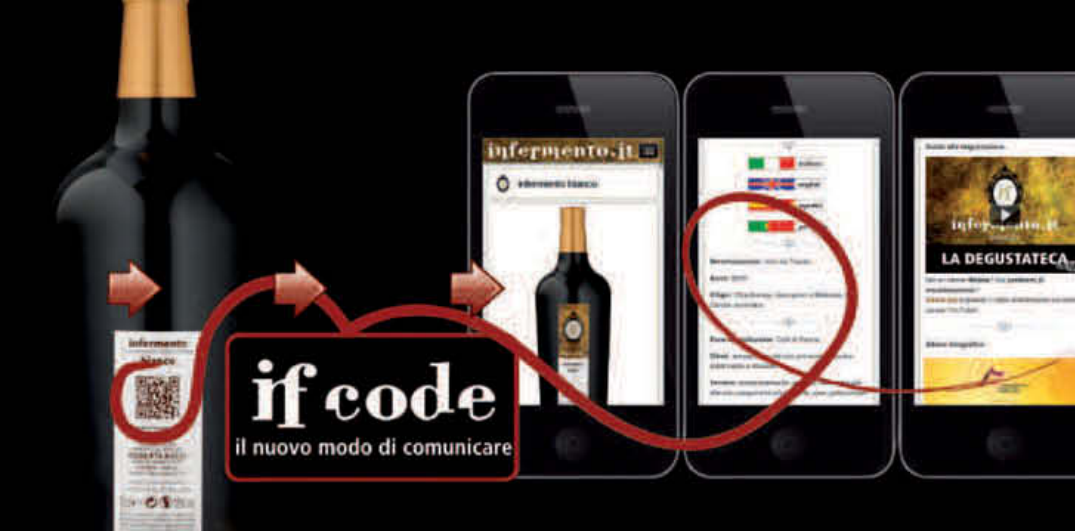
Si sfiora la foto di una ricetta ed ecco che appare il vino ideale. Si tocca l'immagine della bottiglia e si può fare un tour virtuale in cantina. Le nuove App per iPhone e iPad dicono tutto, ma proprio tutto, su etichette e abbinamenti, aiutano a scegliere gli alimenti e ad approfondire le loro proprietà. E ad acquistare più consapevolmente **di Emma Costa**

Gusto. Vista. Olfatto. La scelta di cosa mangiare o bere finora l'abbiamo affidata principalmente a questi tre sensi. Da oggi ci affideremo sempre di più anche al tatto. O meglio, al moderno touch, il gesto leggero con cui i polpastrelli sfiorano lo schermo di una tavoletta elettronica iPod touch, iPad e iPhone (a tutt'oggi in Italia se ne sono venduti circa 6 milioni). Questi supporti elettronici stanno irrompendo nel mondo del cibo. Sono dotati di applicazioni in grado, con immagini e parole, di illustrare un menu nei minimi dettagli o di spalancare le porte della conoscenza dei vini, finora prerogativa di esperti e appassionati, anche ai bevitori più profani. Come fa "my sommelier", l'applicazione per iPod touch, iPad e iPhone creata da Aspi, Associazione della Sommellerie Professionale Italiana di cui è presidente il nostro consulente Giuseppe Vaccarini. Nel programma, scaricabile gratuitamente da App Store di Apple, sono state inserite oltre 300 etichette dei migliori vini esclusivamente italiani e mille ricette nazionali ed etniche: sfiorando l'immagine dei piatti, compare la selezione dei vini da abbinare. Per ogni bottiglia c'è una scheda tecnica, il suggerimento del giusto bicchiere, la visita virtuale alla cantina e la possibilità di entrare telefonicamente o via mail in contatto con il produttore.

Nella pagina accanto: al ristorante "Teatro alla Scala Il Marchesino" di Gualtiero Marchesi, a Milano, il menu è racchiuso in un modernissimo tablet iPad. Sopra: touch, cioè il gesto leggero con cui si sfiorano i supporti elettronici, è una parola entrata nel lessico gastronomico. Le applicazioni per iPhone della nostra testata e dei marchi Amadori e Barilla. Qui a sinistra: "my sommelier", l'applicazione che svela anche ai profani il mondo del vino.

"My sommelier" è il primo programma di abbinamento vino-cibo in lingua italiana. Ne esiste uno americano, "Pair It", per iPhone (da App Store a 4,99 dollari): offre 20.000 abbinamenti fra i vini di 180 vitigni e mille prodotti gastronomici del mondo.
Complesso come quello del vino è il mondo dell'olio. I possessori di iPhone e iPad possono esplorarlo con "Flos Olei", una banca dati di 455 etichette di 42 paesi. Immancabili le spiegazioni sulle tecniche di degustazione e sui migliori abbinamenti. La ricerca si attua anche in base alle fasce di prezzo o alle caratteristiche organolettiche: fruttato leggero, medio o forte (da App Store a € 7,99 per iPhone e € 9,99 per iPad).
Le informazioni non viaggiano però solo su tablet. Un sistema attivabile con un "semplice" telefono cellulare dotato di fotocamera e accesso a internet è quello delle etichette interattive QR (Quick Response, risposta rapida) applicate su bottiglie di vino, olio, birra o aceto. Controllate se su quella che state acquistando c'è un marchietto geometrico con tre quadratini angolari: è l' "Inf Code". Basta riprenderne l'immagine col telefonino e inviarla al portale www.infermento.it per ricevere istantaneamente tutte le informazioni sul prodotto e sulla sua azienda.

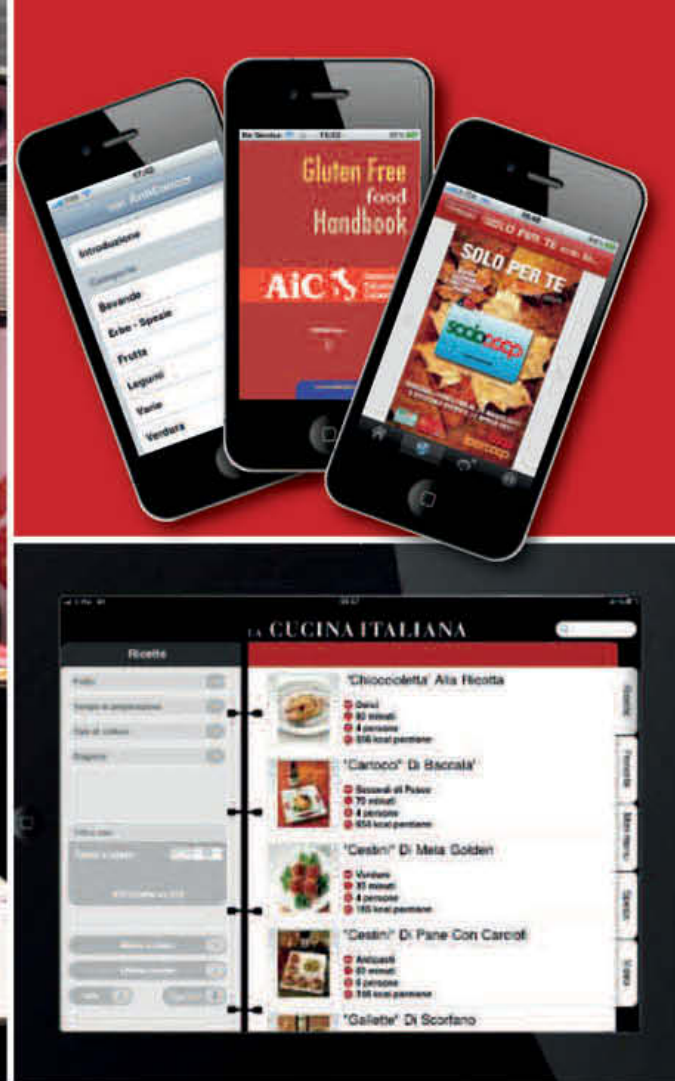
Mai più la carta? A trovar posto su iPod touch, iPad o iPhone i vini sono abituati da un certo tempo. Almeno dall'agosto 2010, quando i proprietari del ristorante "La credenza" di San Maurizio Canavese (To), una stella Michelin, per primi in Italia hanno trasferito in iPad le 900 etichette della loro cantina, corredate di schede informative. Lo scorso Natale lo hanno fatto anche i proprietari di "Da Vittorio" di Brusaporto (Bg), tre stelle Michelin, che nella carta »

PHOTOLIBRARY

Sopra: un'etichetta interattiva QR (Quick Response, risposta rapida) con il contrassegno "Inf code". Qui a destra e al centro: al ristorante si può ordinare direttamente in cucina, sfiorando l'immagine del piatto che si desidera su un tablet o su un touch table, un tavolo interattivo come quello del ristorante londinese "inamo". A destra, in alto: le applicazioni per iPhone "eat Anti Cancer", "Gluten Free" e "Solo per te". In basso: l'applicazione per iPad de La Cucina Italiana.

dei vini virtuale hanno inserito anche la visita con web camera delle loro migliori cantine fornitrici. L'iPad è facile da consultare, le nozioni che si ricavano sono più di quelle che anche il più informato dei sommelier potrebbe fornire, il pubblico pare apprezzare. Ma economicamente, quali sono i vantaggi? L'unico finora ad aver fornito dati è il *New York Times*: lo scorso settembre ha intervistato il proprietario del ristorante "Bone's" di Atlanta che ha dichiarato di aver avuto un incremento di vendite dell'11% nelle prime due settimane di carta dei vini virtuale. "Io invece ho notato una maggior qualità nelle scelte dei clienti", dice Giovanni Grasso de "La credenza". "Con l'iPad, passando velocemente da una voce all'altra, da una cartella a una sottocartella, si accede a etichette alle quali attraverso una carta di lunga consultazione prima non si arrivava. I miei clienti consultano la tavoletta in un paio di minuti, sono sempre sorpresi di quello che vengono a sapere e sono anche più decisi sugli ordini. Ma non toglierò mai la carta che, pur affiancata al tablet, per molti clienti resta uno strumento di comunicazione irrinunciabile".

Carte dei vini e menu elettronici rendono più facili le scelte dei clienti

Il ristorante è diventato interattivo Il 2 giugno 2010 da Sydney (Australia) arriva la notizia che nel ristorante "Mundo Global Tapas" i clienti fanno le ordinazioni direttamente in cucina da una tavoletta elettronica. Una prima mondiale durata solo un paio di mesi, perché a settembre Gualtiero Marchesi annuncia di aver dotato il suo ristorante "Il Marchesino" di Milano di otto iPad, sui quali i menu compaiono con immagini degne di un'opera d'arte. Alla descrizione degli ingredienti si affianca la voce "allergie", dalla quale si scopre se e come dai piatti si possono eliminare gli ingredienti non tollerati. "Rispetto a un menu su carta, quello su tablet aiuta nella scelta", dice Marchesi. "L'ho notato con una ricetta che mette insieme carne e pesce. Descritta a parole, suscitava qualche perplessità, ma da quando il piatto è rappresentato con la sua immagine, lo ordinano più facilmente".

Il passaggio dalla carta all'elettronica in realtà comincia prima, nel 2008, quando Alain Ducasse, all'interno del rinnovato "St Regis Hotel" di New York, apre il raffinato ristorante "Adour". E coglie tutti di sorpresa dotandolo di un wine bar interattivo: un bancone di bronzo con quattro postazioni sulle quali la lista dei vini viene proiettata dall'alto. Passando con le dita sul nome di una bottiglia se ne conoscono la provenienza, le caratteristiche, il prezzo, il bicchiere giusto e gli abbinamenti con il cibo. Contemporaneamente a Londra un gruppo di giovani imprenditori apre a Soho il ristorante "inamo". I menu (e le tovaglie) sono proiettati sui tavoli. Si sfiora l'icona delle ricette e queste vengono proiettate nel piatto.

Contemporaneamente a fianco delle posate una scritta cita gli ingredienti (con la possibilità di piccole personalizzazioni), il tempo di realizzazione e il costo. L'ordine passa direttamente in cucina.

Acquisti consapevoli con un tablet Altre App servono infine per consultare ricette e fare la spesa. Innanzitutto quelle de *La Cucina Italiana* (vedi box a destra). Recente la G.A.S., applicazione dei Gruppi di Acquisto Solidale, che permette di identificare e contattare quello più vicino a casa (da iTunes, € 1,59). Il supermercato Coop più vicino lo si trova invece su "Solo per te" (per iPhone, iPod touch e iPad, gratis da iTunes). L'Associazione Italiana Celiachia ha creato "Aic Mobile", prontuario degli alimenti senza glutine: in qualsiasi punto vendita un celiaco sa esattamente, per esempio, quale tipo di gelati può comprare e quali deve invece accuratamente evitare. "Eat Anti Cancer" (una quota delle vendite va a sostegno della ricerca sul cancro) è invece una raccolta di alimenti per i quali è stato testato scientificamente il valore protettivo. "Personal Food Additives" dà infine informazioni su oltre 500 additivi alimentari. Sfiorando le sigle che li identificano sulle etichette, si sa cosa significano e se ne conoscono gli eventuali tossicità e pericoli cancerogeni o le controindicazioni. Le tre applicazioni si trovano in App Store. Infine, "Fruit Search" (da iTunes gratis per iPhone) fornisce la tracciabilità dei frutti biologici Dole Organic. Si inserisce nel programma il codice a tre cifre stampato sull'etichetta di ogni ananas o banana e si sa da che paese e da che azienda provengono.

La Cucina Italiana
iPad in padella

Sono indispensabili per chi ama organizzare pranzi e cene le 450 ricette da realizzare partendo dalla lista della spesa, i 10 videotips sulle tecniche di base e le 50 ricette spiegate passo dopo passo, con foto, dell'applicazione de La Cucina Italiana per iPad e iPhone (da App Store). Ma sono imperdibili per i più golosi le due nuove app per iPad e iPhone (fruibili da sole o integrabili con l'app principale) dedicate al cioccolato e, da aprile, alla pasta, con 20 scuole di cucina con foto e 80 ricette. Le tre app hanno anche il ricerca ricette, il glossario, il conta calorie, il timer e gli abbinamenti col vino.

ANCHE LE AZIENDE SI APPLICANO

Barilla con "iPasta" spiega i segreti dei suoi prodotti e come cucinarli al meglio. Amadori con "iCuorLeggeri" offre un data base sull'apporto calorico di 700 cibi e, inserendo i dati personali, suggerisce un corretto regime alimentare. Per iPhone e iPad.

Quando lo chef cucina **come in casa**

La forza tranquilla del mare e dell'orto

Paola Budel

chef del "Venissa Ristorante Ostello" di Isola di Mazzorbo (Venezia) ha preparato per noi:

- Insalata di tarassaco, gamberetti e ciccioli
- Bigoli con sarde e cipollotti
- Fritto di pesce di laguna e verdure

INSALATA DI TARASSACO, GAMBERETTI E CICCIOLI

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• gamberetti molto piccoli g 250 • tarassaco g 200 • salame a grana grossa g 50 • aceto rosso • pepe in grani*

■ Pulite il tarassaco eliminando le foglie esterne più dure. Tagliate il salame a fette di cm 0,5, a cui eliminerete la pelle, poi tagliatele a dadini.

■ Mettete il salame in una pentolina su fuoco medio per far rilasciare il grasso, bagnate con 3 cucchiai di aceto e fatelo sfumare e restringere leggermente.

■ Distribuite i gamberetti su di una placca coperta di carta da forno e senza alcun condimento infornate a 190 °C per 4-6': devono diventare rossi e croccanti.

■ Versate sul tarassaco i ciccioli di salame con il loro grasso ancora ben caldo, completate con i gamberetti e una generosa macinata di pepe. Grazie alla sapidità del salame e dei gamberetti non è necessario salare questo gustoso antipasto.

Lo chef dice che: il salame può essere sostituito da un buon lardo, da guanciale o dalla sopressa veneta, sempre a dadini.

BIGOLI CON SARDE E CIPOLLOTTI

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• 28 sarde spinate g 320 • bigoli g 300 • cipollotti sottili puliti g 200 • olio extravergine g 50 • basilico • sale • pepe in grani*

■ Mentre arriva a bollore l'acqua per i bigoli, su di una placca coperta di carta da forno, leggermente unta, appoggiate 12 sarde ripiegate in due con la pelle verso l'esterno. Infornate a 180 °C per 5-6' e tagliate le sarde rimaste a pezzetti.

■ Affettate a rondelline i cipollotti e stufateli nell'olio senza farli colorire, aggiungete i pezzetti di sarde e cuocete per un paio di minuti. Nel frattempo avrete lessato, in abbondante acqua salata, i bigoli per 10'.

■ Scolateli, e fateli saltare 1' con il sugo di sarde e cipollotti, alcune foglie di basilico spezzettate, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Distribuite i bigoli nei piatti e completateli con tre sardine al forno per ogni commensale.

FRITTO DI PESCE DI LAGUNA E VERDURE

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: *• pesce misto da frittura (gallinelle, rana pescatrice, trigliette, calamaretti, seppie) kg 1,2 • 12 castraure (prima fioritura dei carciofi) • 12 asparagi • farina 00 • farina di mais bramata • latte • olio di arachide • sale*

■ Eviscerate i pesci, spellate la pescatrice e tagliatela a trancetti come le gallinelle. Tagliate a tocchetti le seppie e ad anelli i calamari, lasciate intere le trigliette.

■ Eliminate la parte legnosa degli asparagi, staccate le punte, pelate i gambi e tagliateli in due per il lungo. Staccate le foglie più esterne e dure delle castraure, tagliate le punte e pulite i gambi.

■ Asciugate bene il pesce, tuffatelo molto velocemente nel latte e infarinatelo con la farina 00 mescolata con quella di mais. Fate altrettanto con le verdure.

■ Scaldate a 180 °C abbondante olio in una padella per fritti. Tuffate prima le verdure, lasciandole cuocere per 2', scolatele su carta assorbente e friggete il pesce, in due o tre riprese, per 2-3' scolando sempre molto bene dall'olio di frittura. Salate e servite subito.

Lo chef dice che: se si vuole fare il fritto in anticipo occorre allargarlo, dopo la cottura, su di una teglia coperta di carta da fritti, non salarlo e farlo raffreddare velocemente. Al momento di servire ripassarlo in forno a 200 °C per 2-3'(dopo aver eliminato la carta): ritornerà croccante, salatelo e servitelo subito. Il pesce da frittura può comprendere anche ghiozzi, nasellini e soglioline.

Piatti Ceramiche Nicola Fasano, forchetta Richard Ginori, tessuti Rubelli. Indirizzi nell'ultima pagina.

I piatti sono stati preparati nella nostra cucina di redazione dallo chef Paola Budel del "Venissa Ristorante Ostello", fondamenta Santa Caterina 3, Isola di Mazzorbo (Ve), tel. 0415272281. Foto Riccardo Lettieri

Associazione Nazionale Dietisti

Cucinando s'impara è un progetto di cultura alimentare realizzato da Ballarini in collaborazione con Andid per promuovere le linee base di una sana alimentazione e l'eco-sostenibilità ambientale. Seguendo il metodo didattico del "fare per imparare" si suggerisce ai bambini come mangiare meglio attraverso il divertimento in cucina. Ogni confezione, dedicata ad un tema specifico (pasta - sugo - uova - torte e biscotti), è corredata di una piccola pentola perfettamente funzionante, degli ingredienti necessari per realizzare gustosi piatti e di un poster con i consigli nutrizionali sottoforma di filastrocca insieme a semplici ricette.

i professionisti Andid | Tutelare la salute della popolazione è il fine di qualsiasi operatore sanitario, un Dietista occupandosi dell'alimentazione in tutte le fasi della vita e in tutte le condizioni, sane o patologiche che siano, si trova a confrontarsi spesso anche con i problemi derivanti dall'applicazione dei consigli nutrizionali alla vita quotidiana e con la scarsa o errata informazione in materia. L'ottenimento di risultati positivi è spesso minato dal frenetico ritmo di vita e dall'influenza che, attraverso la pubblicità, hanno i media sulle scelte alimentari delle famiglie e dei ragazzi; per questo motivo è necessaria una collaborazione tra Amministrazioni pubbliche e sanitarie, Associazioni dei Consumatori, Settore industriale e società civile. Cucinando s'impara dimostra che è possibile realizzare un'efficace sinergia tra mondo produttivo e professionisti della nutrizione se ci si pone lo stesso obiettivo: promuovere una sana alimentazione, nel rispetto della tradizione alimentare italiana, facendo sempre attenzione a favorire il mantenimento di un rapporto sereno con il cibo.

il concorso | Lo scorso dicembre 2009 Ballarini ha organizzato un grande concorso patrocinato da ANDID e dedicato ai temi della corretta alimentazione. Il concorso, rivolto a bambini in età scolare tra i 6 e gli 11 anni, si è svolto all'interno dei punti vendita Ballarini e delle principali scuole italiane.

il libro | Le migliori 50 ricette, firmate dai piccoli autori, dopo essere state selezionate da una giuria di dietisti in base al valore nutrizionale e all'originalità, entreranno a far parte del libro "Cucinando s'impara" in uscita entro l'anno 2011.

Maggiori informazioni sul sito www.cucinandosimpara.it

BALLARINI PER L'INFANZIA

Pensare al futuro dei bambini è in assoluto una responsabilità di tutti

il linguaggio | Parlare ai bambini significa semplificare i contenuti senza però banalizzarli, ecco perché si è pensato alla filastrocca: la rima diverte con il suo ritmo e facilita la memorizzazione dei concetti. Miss Pot, le persone coinvolte nella filiera e la figura del dietologo sono diventati i protagonisti di una storia animata da simpatiche illustrazioni che hanno lo scopo di rendere più familiari personaggi sentiti generalmente distanti dai piccoli.

Ciao sono Miss Pot
una pentola speciale,
piccola come me
non ce n'é una uguale

Fare esperienza con **la cucina etnica**

Mangiamo con le mani!

Andare a pranzo da un'amichetta straniera significa affrontare sapori nuovi e differenti abitudini a tavola. Noi abbiamo fatto un "viaggio" in Eritrea, per scoprire il profumo del berberè*. E provare quanto è divertente mangiare dimenticandosi delle posate*

a cura di Giorgio Donegani e Cristina Turati, styling Cristina Dal Ben e Beatrice Prada, foto Isabella Reverdini

Non c'è dubbio: in un mondo sempre più aperto alla diversità, coltivare la curiosità nei confronti di altre usanze aiuta a migliorare il rapporto dei bambini con il cibo e a educarli a gusti nuovi. E il pranzo da una compagna di scuola eritrea, come quello che proponiamo in questo servizio, diventa l'occasione per "giocare" a scoprirsi… simili, ma diversi al tempo stesso, ciascuno con i suoi gusti e i suoi modi di fare, tutti da conoscere, capire e rispettare.

Poco appetito? Prova il berberè Ecco un primo elemento su cui riflettere per allargare gli orizzonti: la nostra gastronomia si basa generalmente su criteri di assonanza dei sapori, mentre in altri paesi si punta più sul loro contrasto. L'uso abbondante di spezie dal gusto diverso e stuzzicante come il *berberè* di questa ricetta (lo si trova già pronto sotto forma di mix di spezie nei negozi di alimentari africani) può svelare un nuovo approccio con alimenti a volte da noi banalizzati come la carne o il pesce lesso. Nel *berberè*, a fianco di un po' di peperoncino e pepe, si concentrano anche altri aromi che per i ragazzini possono risultare molto appetibili: lo zenzero ad azione antinausea, il fieno greco che mette appetito e il cardamomo fortemente digestivo. Insomma, mangiare "diverso" può anche essere la scoperta di un "mangiare migliore".

Davvero posso mangiare senza posate? L'entusiasmo della scoperta di un nuovo cibo è tanto maggiore quanto più accattivante è la coreografia che gli sta intorno. Servirsi con le mani, per chi è abituato a mangiare con le posate, si rivela un rito affascinante e divertente. Il *kulu'wa* (una sorta di ragù), in Eritrea, viene servito per tradizione con l'*injera*: si tratta di un pane fatto con farina di miglio e acqua, che si presenta sotto forma di fogli spugnosi, diffuso in tutto il Corno d'Africa. Il piatto avrà un gusto particolare per l'invitata se "condito" con notizie sulla sua complessa preparazione, sulle leggende che lo accompagnano e soprattutto sul modo di mangiarlo: se ne staccano pezzetti che si trasformano in bocconi farciti di *kulu'wa*. Per l'invitata potrà poi anche essere un interessante racconto da riportare a casa.

Quel gusto che fa la differenza La difficoltà che incontrano le mamme italiane nel dare la carne ai propri figli è la stessa delle mamme di tutto il mondo: spesso cucinata nella solita maniera, la carne non va giù. Ecco allora che una ricetta come il *kulu'wa* diventa un modo per presentare in forma insolita la carne tritata: profumata di spezie *berberè* e avvolta in pezzetti di pane *injera*, diventa irresistibile rispetto alla banalità della solita fettina.

DIAMOCI DEL TÈ
Il tè è la bevanda tradizionale di molte cucine etniche. Contiene potenti antiossidanti e non presenta alcuna controindicazione per i bambini, se si sceglie il tipo deteinato. Senza eccedere con lo zucchero (a tavola il tè è buono anche amaro) può diventare una bevanda "speciale", ma sana, da proporre di tanto in tanto in alternativa all'acqua.

La ricetta **Kulu'wa**

Ingredienti per 4: ***polpa macinata di vitello g 450, 1 cipolla piccola, burro, concentrato di pomodoro, misto di spezie berberè in polvere (peperoncino, coriandolo, cardamomo, fieno greco, zenzero, cannella, pepe nero, chiodi di garofano), sale.***
Soffriggete la cipolla a fettine in g 45 di burro per 5'. Unite un cucchiaio di concentrato, g 150 di acqua, un cucchiaino di spezie e sale. Proseguite nella cottura per 5-6' poi unite la carne; rosolatela per 5', bagnate con g 150 di acqua e proseguite coperto per 10-15'. Servite sul pane *injera* accompagnando con il tè profumato con baccelli di cardamomo.

IL PARERE DEL DIETOLOGO Una porzione di *kulu'wa* dà circa 160 kcal e più di g 23 di proteine pregiate. L'ideale per assicurare ai bimbi gli aminoacidi indispensabili per la crescita. L'unione con il pane *injera* (ricco di amido) lo rende un perfetto piatto unico. Va benissimo anche con pane toscano, piadina o polenta.

Casseruola bianca con rivestimento interno in ceramica Moneta. Indirizzi nell'ultima pagina.

Sofisticata e fresca: è la

Un servizio completo dal costo contenuto. Ma senza mettere in discussione la qualità: il minimalismo di Jasper Morrison non rinuncia ai dettagli che fanno la differenza. È il trionfo del design democratico: perché tutti, ogni giorno, abbiamo diritto alla bellezza

JASPER MORRISON

Cosa rende un semplice "cenare" una "vera cena"? Per Jasper Morrison la differenza la fa "l'idea di un bicchiere democratico per il vino che sia leggermente più formale degli altri". Ed è tutto qui il segreto del designer inglese, la cui vena minimalista ne ha fatto uno dei progettisti più apprezzati sulla scena internazionale. "Un grande calice crea per me un'atmosfera killer, specialmente in casa propria, dove è preferibile un clima più rilassato. Io ho molti problemi nel godermi una cena nella quale il servizio da tavola sembra disegnato per obbligare la gente ad apprezzare la qualità del cibo e del vino". Ed è proprio la ricerca di una normalità anti-glamour che conferisce alle proposte di Morrison un'aura di sofisticata semplicità, in perfetta consonanza con una delle ambizioni del marchio "AdiAlessi".
I piatti "PlateBowlCup", i bicchieri "Glass Family" e le posate "KnifeForkSpoon" compongono un servizio completo da tavola di primo prezzo: un progetto che "ritorna al futuro", al design delle origini, che voleva la bellezza alla portata di tutti. "Ed è tutto quello che ci vuole per allestire una bella tavola quotidiana", dice Morrison, consapevole che l'evoluzione delle tipologie tradizionali del casalingo è quasi sempre avvenuta per piccoli passi, piccole modifiche che si devono ad anonimi progettisti, fino a raggiungere gli standard di forma e funzione che conosciamo oggi.

Questione di curve
Le geometrie senza spigoli, la coppa del cucchiaio ad andamento rettangolare, la variazione di spessore nei manici: è questo il segreto ergonomico delle posate in acciaio inox 18/10, lucido o satinato.

L'importanza dei dettagli
Nel servizio "PlateBowlCup", i piatti di porcellana bianca con bordo rinforzato ripropongono in chiave attuale le linee pratiche e rassicuranti dei piatti da comunità.

Il conforto di una "buona presa"
Completano il servizio le tazze da caffè e tè con sottotazza e il mug: di nuovo, all'insegna della cura di ogni particolare, dal manico alle curve delle pareti.

Quotidianità speciale
I bicchieri in vetro cristallino soffiato in automatico, con una leggera curva sul corpo, sono stati pensati per un uso quotidiano di casa come per nuove, raffinate osterie.

tavola di tutti i giorni

REALIZZAZIONE RICETTE: WALTER PEDRAZZI FOTO: RICCARDO LETTIERI

Uova cremose con asparagi e cialdine

Tempo: circa 1 ora
Ingredienti: per 4 persone
8 asparagi g 350
pasta sfoglia g 250
panna fresca g 75
lattughini g 40 - 3 uova
grana grattugiato
sale - pepe

Eliminate la base fibrosa degli asparagi, pelatene i gambi e lessateli al dente; tagliateli poi a julienne, tenendo da parte 4 punte. Stendete la sfoglia a mm 2-3 formando un rettangolo di cm 18x25. Pennellate di acqua e cospargete con un cucchiaio di grana. Dividete la sfoglia a metà nel senso della lunghezza, sovrapponete di un terzo i due rettangoli per ottenere una striscia di cm 35-40 e arrotolate. Ricavate delle rondelle spesse mm 4 e cuocetele, una alla volta, in una piastra per cialde, a temperatura medio alta, per 2-3′. Battete leggermente le uova con la panna in una bacinella, salate e pepate. Portatele su un bagnomaria caldo e cuocetele mescolando finché non saranno diventate cremose. Riempite quattro bicchieri alternando strati di julienne di asparagi, le cialde, i lattughini e le uova; completate con le punte di asparago tenute da parte, tagliate a metà.

BRVNELLI.
IL PECORINO DI ROMA.

CHI È BRVNELLI?

Identità romana dal 1938, BRVNELLI industria lattiero-casearia, ancora oggi gestita dalla famiglia Brunelli, è azienda leader nella produzione del **Pecorino Romano D.O.P. prodotto nel Lazio.** Il tutto seguendo uno stretto disciplinare di produzione di questo formaggio tipico laziale, antico come la storia di Roma.

Tradizione e **Innovazione** con la **Qualità** di sempre sono i valori trasmessi lungo tutta la filiera produttiva, dalla raccolta latte al prodotto finito a marchio BRVNELLI che viene scelto da chi ama la buona cucina italiana.

DAL CUORE DEL SAPORE...
IL CUORE DEL PECORINO ROMANO

*Pronto al consumo in una comoda vaschetta da **200gr**. il **BRVNELLI D.O.P.** mantiene inalterate le sue gradevoli caratteristiche grazie ai più innovativi sistemi di confezionamento.*

"CUORICINI" di Pecorino Romano. *Appena nati, i CUORICINI sono l'innovazione del BRVNELLI D.O.P. Dal cuore della forma, la parte più squisitamente delicata al palato, si gustano assaggi da 2gr. a forma di cuore, ideali da servire con fragole e spumante!*

*Il **BRVNELLI D.O.P.** già **grattugiato** è offerto in pratiche bustine richiudibili da 60gr. e 100gr. studiate per accontentare anche i più esigenti!*

CARATTERISTICHE UNICHE DEL PECORINO ROMANO D.O.P. BRVNELLI

Raccolta Latte: Il latte di pecora, materia prima del Pecorino Romano, viene raccolto da greggi altamente selezionate prevalentemente dai ricchi pascoli del **fertile Agro Romano**, da Ottobre a Giugno, nel rispetto del ciclo naturale della pecora da latte.

Salatura: esclusivamente a secco!
BRVNELLI ancora oggi come secoli fa, secondo la tradizione romana, porta avanti la **salatura a secco**, anziché ad immersione in salamoia. Le forme di Pecorino Romano vengono lavate, massaggiate e coccolate con sale marino più volte nel corso della stagionatura.

Il BRVNELLI D.O.P assume così un sapore delicatamente piccante, gradevole al gusto anche per i palati più fini!

Luogo di Stagionatura: unico ad avere come letto di stagionatura delle **antiche grotte naturali tufacee risalenti al periodo Etrusco-Romano del I sec. A.C.** Qui temperatura e umidità, perfettamente bilanciate, consentono di raggiungere in maniera assolutamente naturale la perfetta stagionatura del BRVNELLI D.O.P.

Periodo di Stagionatura: non inferiore ai **12 mesi** per il BRVNELLI D.O.P. più giovane, fino ai **18 mesi** per il più maturo, secondo la millenaria tradizione romana.

La sua eccellenza si riconosce immediatamente per il gradevole impatto friabile e scaglioso, ideale da servire come gusto aggiunto ai migliori piatti della cucina italiana.

Finitura: tipica dell'antica Roma e che ancora oggi contraddistingue il BRVNELLI D.O.P. è la sua caratteristica scorza nera, la "cappatura" nera come comunemente viene definita. Introdotta secoli fa per proteggere la forma di Pecorino Romano da agenti esterni, oggi è unicamente simbolo della tradizione romana.

Nell'orto in **aprile**

L'asparago, un germoglio speciale

L'abbiamo atteso tutto l'anno, e finalmente eccolo spuntare, verde, bianco o violetto, a seconda di come l'abbiamo coltivato. Con il suo sapore delicato e inconfondibile, caratterizzerà le nostre migliori ricette primaverili **di Angela Odone**

PHOTOLIBRARY

L'asparago, **un germoglio speciale**

È proprio in questi giorni che si cominciano a trovare gli asparagi migliori. Un piccolo lusso gastronomico, ma pienamente giustificato da una rara squisitezza e soprattutto da una coltivazione lunga e ancora oggi in gran parte manuale: partendo dal seme ci vorranno infatti almeno due anni perché si formino i rizomi ("zampe") e altrettanti per il primo raccolto dei turioni, i germogli eduli che, al momento dell'acquisto, dovranno essere turgidi e lucidi, con le punte ben serrate. Non molto è cambiato dalle origini, quando, dai terreni sabbiosi tra il Tigri e l'Eufrate, l'asparago giunse sulle tavole dei Greci e dei Romani. E proprio questi ultimi ne erano tanto ghiotti che, per non rimanerne mai privi, lo piantavano nei territori di conquista e ne indagavano le tecniche di coltura e i segreti culinari, come si legge nel *De agri cultura* di Catone e nella *Naturalis Historia* di Plinio. E se, oltre ai piaceri della buona cucina, volete aggiungere una macchia soffice tra le piante del vostro giardino, non raccogliete i turioni, ma lasciate che si sviluppino in fusti ramificati. Diventeranno molto alti, formando tralci intrecciati lunghi più di un metro, ingentiliti da fiorellini gialli e poi da bacche rosse.

La pianta/**da sapere**

FAMIGLIA Liliaceae
SPECIE *Asparagus officinalis*
VARIETÀ PIÙ ADATTE PER L'ORTO
La differenza tra asparago bianco, violetto o verde è data dal metodo di coltivazione: alla luce (verde) o sottoterra (bianco e violetto). "Bianco di Cimadolmo" Igp, "Verde di Altedo" Igp, "Violetto di Albenga", "Violetto di Argenteuil" (precoce o tardivo), "Bianco di Bassano del Grappa" Dop, "Bianco di Cantello", Verde Mary Washington.
UTILIZZI **Dopo aver eliminato la parte più legnosa con il coltello e la pellicola superficiale con il pelapatate, gli asparagi vanno pareggiati, legati in mazzetti e lessati nell'acqua fremente per 10-15' in una pentola tradizionale (l'ideale sarebbe avere il cestello dove disporre i mazzetti in verticale con le punte che spuntano dall'acqua di almeno cm 3) o per 2-5' se si usa la pentola a pressione. Sono deliziosi conditi con burro al color nocciola e grana grattugiato, con un uovo al burro o strapazzato oppure con besciamella, salsa Mornay o salsa olandese. Provateli crudi, grattugiati o tagliati in listerelle sottili per arricchire un'insalata.**
BUONO PER LA SALUTE **Ha poche calorie (36 kcal per g 100), è ricco di vitamine (B1, B2, PP, C), sali minerali (potassio, fosforo, calcio, sodio e ferro) e zuccheri. Ha proprietà diuretiche, antireumatiche e cardiosedative. È sconsigliato ai diabetici e a chi soffre di reni.**

Come si coltiva

››› in piena terra

TERRENO **Profondo, fresco, fertile, soffice e ben drenato.**
ESPOSIZIONE **Soleggiata ma protetta dal vento.**
SEMINA ALL'APERTO **Immergere i semi in acqua tiepida per 12 ore poi seminarli a cm 1 di profondità in file distanti cm 30. Quando le piantine sono alte cm 15, diradarle lasciando cm 15 tra una e l'altra. A fine ottobre tagliare il fogliame alla base e segnare con uno stecco il punto in cui c'è la pianta sottostante per non danneggiarla. Per i primi 2 anni le piante non daranno un prodotto utilizzabile in cucina. Il terzo anno si otterrà la prima esigua raccolta, tra maggio e giugno; a ottobre tagliare di nuovo alla base e dalla primavera successiva effettuare la raccolta per circa 6 settimane. Dopo questo tempo lasciare che i turioni producano le foglie. Così la pianta sarà forte e produttiva per almeno 20 anni.**
MESSA A DIMORA DELLE "ZAMPE" **Le "zampe" di 1-2 anni vanno interrate tra ottobre e maggio, secondo la zona climatica, in solchi profondi cm 20 e distanti m 1. Vanno coperte con una collinetta di terra (baulatura), che servirà di rincalzo per tutte le colture ma soprattutto per ottenere gli asparagi bianchi (che crescono in assenza totale di luce) o quelli violetti (assenza parziale di luce).**
IRRIGAZIONI **Abbondanti soprattutto nel periodo estivo.**
NUTRIMENTO **L'anno prima della semina o della messa a dimora è indispensabile vangare il terreno in profondità e arricchirlo di letame (1 secchio per metro quadro).**
RACCOLTA **Scalare; per circa 6 settimane si possono raccogliere i turioni che spuntano di cm 10 dal terreno. Si tagliano con un coltello lungo e ricurvo andando non oltre cm 10 sotto il livello del suolo. Per conservarli immergerli, disposti verticalmente, in acqua e ghiaccio per un paio di ore, poi asciugarli e riporli in frigorifero.**

MAZZETTI DI ASPARAGI IN FRICASSEA

Tempo: circa 30'

Ingredienti per 4: *• asparagi g 700 • panna fresca g 100 • 3 tuorli • gambi di prezzemolo • limone • burro • sale • pepe*

■ Raschiate gli asparagi, pareggiatene i gambi, sistemateli distesi in una casseruola, copriteli a filo d'acqua, unite sale, una noce di burro e cuoceteli per 10-12'.

■ Scottate in poca acqua alcuni lunghi gambi di prezzemolo. Scolate gli asparagi (conservate il fondo di cottura), tagliateli in rocchetti e legateli in mazzetti con i gambi di prezzemolo.

■ Aggiungete al fondo di cottura degli asparagi la panna, fate bollire la salsa per un paio di minuti, poi spegnete e incorporatevi velocemente i tuorli, sale, pepe e il succo di mezzo limone: otterrete la fricassea.

■ Servite i mazzetti di asparagi conditi con la fricassea.

Attrezzi da giardino e guanti I Giardini di via S. Maurilio. Indirizzi nell'ultima pagina.

MENU rapido

30 minuti in tutto

a cura di Cristina Poretti, ricette Raffaele Rignanese, foto Beatrice Prada

TAGLIOLINI CON ASPARAGI E SOGLIOLA

Ingredienti per 4: *• tagliolini freschi g 400 • filetti di sogliola g 250 • vino bianco g 100 • burro g 50 • 8 asparagi • maggiorana fresca • sale • pepe*

■ Staccate le punte agli asparagi e tagliatele a metà, pelate i gambi, dopo aver eliminato la parte più legnosa, e tagliateli a rondelle. Tagliate a listerelle i filetti di sogliola. Staccate le foglie di un ciuffo di maggiorana e mettete a bollire l'acqua per i tagliolini.

■ Scaldate il burro in una larga padella, unite gli asparagi, rosolateli per 5' a fuoco medio, salateli e unite la sogliola, mescolate, sfumate con il vino bianco e lasciate cuocere ancora 1' a fuoco vivace. Nel frattempo lessate molto al dente i tagliolini, versateli nella padella con gli asparagi, saltateli per 2' e completate con la maggiorana e il pepe, mescolate e servite subito.

SCOTTADITO ALLA SALVIA E LIMONE

Ingredienti per 4: *• 16 costolette di agnello (scottadito) • 1 grosso limone • olio extravergine di oliva • salvia • sale • pepe in grani*

■ In una larga padella scaldate 3 cucchiai di olio con una decina di foglie di salvia. Rosolate le costolette per 2' per lato a fuoco vivo, abbassate il fuoco e proseguite per altri 4' girandole a metà cottura. Resteranno leggermente rosate all'interno, se invece le preferite ben cotte cuocetele per 2' in più.

■ Verso la fine della cottura aggiungete in padella il limone tagliato in 16 fettine sottili, fate prendere calore e spegnete, salate e completate con una abbondante macinata di pepe.

INSALATA E FRAGOLE CON MAIONESE AL POMPELMO

Ingredienti per 4: *• fragole g 200 • insalata novella g 150 • maionese g 100 • montasio g 60 • olio extravergine g 20 • pompelmo • sale*

■ Lavate e asciugate l'insalata, conditela con olio e sale. Tagliate le fragole a fettine e il montasio a dadini.

■ Spremete mezzo pompelmo e aggiungete alla maionese 2 o 3 cucchiaiate di succo, mescolando bene. Unite all'insalata le fragole e il formaggio e servitela con la maionese a parte. Se utilizzerete il pompelmo rosa la maionese risulterà più delicata, mentre con quello giallo avrà un tocco più amarognolo.

TABELLA DI MARCIA: tagliate gli asparagi, cuocete il sugo dei tagliolini e cuocete le scottadito, tenendole in caldo. Tagliate le fragole e il montasio e preparate la maionese. Lessate i tagliolini, saltateli e completate l'insalata.

insalata e fragole con maionese al pompelmo
10 minuti

tagliolini con asparagi e sogliola
20 minuti

scottadito alla salvia e limone
15 minuti

Piatti Tescoma, posata Pandora Design, bicchiere trasparente Cristallerie Livellara, tovaglia Tischlein deck dich by Anna Blattert + Claudia Heiniger. Indirizzi nell'ultima pagina.

MENU leggerezza

670 Kcal per persona

Ricette Sergio Barzetti, foto Beatrice Prada

RISO IN FORMA CON RAGÙ DI PESCATRICE

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: *• rana pescatrice pulita g 300 • riso Originario g 240 • zucchina g 150 • olio extravergine g 50 • 1 scalogno • alloro • prezzemolo • sale*

■ Mettete a cuocere il riso in abbondante acqua salata con uno scalogno sbucciato e una foglia di alloro. Nel frattempo, spuntate la zucchina, tagliatela a dadini e tagliate a cubetti la pescatrice.

■ Scaldate g 20 di olio, rosolateci la zucchina a fuoco vivo e appena colorisce aggiungete il pesce e proseguite la cottura, sempre a fuoco vivo, per altri 3-4' e infine salate.

■ Scolate il riso al dente, occorreranno 15', eliminate lo scalogno e l'alloro, conditelo con g 20 di olio, un pizzicone di prezzemolo tritato, volendo dategli forma pressandolo in stampini. Sformate il riso e servitelo con il ragù di pescatrice e l'olio rimasto.

riso in forma con ragù di pescatrice
370 Kcal a porzione

FILETTO DI VITELLO FARCITO CON ERBE E ZENZERO

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• filetto di vitello g 500 • vino bianco g 50 • olio extravergine g 10 • zenzero fresco • rosmarino • prezzemolo • maggiorana • santoreggia (o timo) • sale*

■ Dividete il filetto in quattro tranci uguali. Incidete ogni trancio, a metà dello spessore, con un taglio fino a tre quarti utilizzando un coltello molto affilato. Affettate lo zenzero, dopo averlo sbucciato, ricavandone 8 fettine molto sottili.

■ Fate un trito fine con le erbe e distribuitene un pizzico all'interno dei filetti, completando con due fettine di zenzero. Scaldate l'olio e rosolate i filetti a fuoco medio per 3' per lato, scolate il grasso di cottura e rimettete i filetti in padella, sfumateli con il vino bianco lasciando che si consumi completamente. Salate e servite subito.

PATATE E BARBA DI FRATE CON OLIO E GRANA

Tempo: circa 30'

Ingredienti per 4: *• patate sbucciate g 250 • barba di frate g 250 • formaggio grana in scaglie g 20 • olio extravergine g 20 • sale • pepe in grani*

■ Tagliate a cubetti le patate e lessatele a vapore per 15-20'. Pulite la barba di frate eliminando le radici e lessatela per 8' in acqua bollente salata; la barba di frate nelle regioni del Centro-Sud viene chiamata col nome di agretti.

■ Mescolate e condite le due verdure con l'olio, il sale, una macinata di pepe e il formaggio grana in scaglie.

patate e barba di frate con olio e grana
130 Kcal a porzione

filetto di vitello farcito con erbe e zenzero
170 Kcal a porzione

Piatti Tescoma, posate Pandora Design, bicchiere trasparente Cristallerie Livellara, tovaglia Tischlein deck dich by Anna Blattert + Claudia Heiniger. Indirizzi nell'ultima pagina.

MENU piccoli prezzi

4,70 euro per persona

Ricette Walter Pedrazzi, foto Beatrice Prada

TRONCHETTI DI FRITTATINE BIANCHE

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• ricotta g 130 • 12 fette di salame toscano g 120 • insalatina novella g 80 • latte g 75 • olio extravergine g 50 • 4 uova • prezzemolo tritato • limone • sale • pepe*

■ Battete gli albumi con g 50 di latte, sale, pepe e un pizzico di prezzemolo. In una padella unta d'olio preparate 3 frittatine sottili, cuocendole da un solo lato. Mescolate i tuorli con g 25 di latte, un cucchiaio di olio, versate nella padella fredda e portate a cottura strapazzando con la forchetta, e lasciate raffreddare.

■ Lavorate la ricotta con pepe e prezzemolo. Sulle frittatine disponete 4 sottili fette di salame, spalmatele con la ricotta, formate un rotolino di uova strapazzate a un terzo dal bordo, arrotolate e dividete in 4. Servite con insalata condita con olio, limone e sale.

STROZZAPRETI CON CONIGLIO

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 4: *• 2 cosce di coniglio g 550 • brodo vegetale g 500 • latte g 300 • strozzapreti freschi g 280 • cipollotti g 230 • piselli sgranati g 150 • pancarré g 40 • 1 uovo • grana grattugiato • prezzemolo tritato • farina • olio extravergine • sale • pepe*

■ Disossate il coniglio, tritatelo e mescolatelo con uovo, pane bagnato con g 50 di latte e strizzato, g 20 di grana, un pizzico di prezzemolo, sale, pepe; formate 20 polpette e passetele nella farina.

■ Tagliate a pezzi i cipollotti, rosolate le polpette con un filo di olio, toglietele dalla padella e nella stessa rosolate i cipollotti, rimettete le polpette, un cucchiaio di prezzemolo, mescolate e bagnate col il brodo e il latte rimasto. Fate prendere bollore, coprite e cuocete a fuoco medio per 10-12'. Levate il coperchio, aggiungete i piselli, alzate il fuoco e fate restringere per 5-7'. Lessate gli strozzapreti (pasta fresca tipica romagnola), conditeli con il sugo delle polpette e serviteli insieme completati da un filo d'olio.

CREMA DI CIOCCOLATO ALLA MANDORLA E CAFFÈ

Tempo: circa 15' più il raffreddamento

Ingredienti per 4: *• latte di mandorla g 250 • frollini g 150 • cioccolato fondente g 120 • zucchero di canna g 60 • 8 meringhette • 1 tazzina di caffè • vanillina • cannella in polvere*

■ Fondete a bagnomaria il cioccolato spezzettato con il latte di mandorla, mezza bustina di vanillina, cannella a piacere, il caffè e lo zucchero. Questa crema sarà pronta quando napperà il cucchiaio.

■ Spezzettate 4 frollini e distribuiteli nelle coppette, coprite di crema e mettete in frigorifero a raffreddare. Servite la crema completandola con gli altri frollini e le meringhette spezzettati.

crema di cioccolato alla mandorla e caffè
€ 1,00 a porzione

i prezzi sono indicativi

La cucina **fiorentina**

Il cibreo, un intingolo gentile

Fegatini e creste di gallo rosolati, stufati, legati da uova battute con limone e brodo. C'è chi ha rischiato la vita per aver troppo apprezzato questo piatto, semplice ma così buono, così toscano...

Testo Laura Forti, foto Beatrice Prada

Artusi lo considerava un "intingolo semplice, ma delicato e gentile, opportuno alle signore di stomaco svogliato e ai convalescenti". Certo è che un piatto del genere è in grado di rimettere in forze chi si sente un po' debilitato e, nonostante la sua semplicità, può stuzzicare l'appetito anche in chi solitamente è poco goloso... Ne sa qualcosa Caterina de' Medici (non si può evitare di citarla parlando di cucina toscana) che, pur non essendo né convalescente né tanto meno di stomaco svogliato, se ne fece una tale scorpacciata durante un banchetto da rischiare una poco dignitosa morte per indigestione.

Un regale miscuglio Ma che cos'è questo piatto tanto apprezzato? Nient'altro che un miscuglio di interiora e creste di gallo, legate da un intingolo a base di uova. L'etimologia del nome, nelle sue diverse interpretazioni, ci racconta l'essenza di questa preparazione: alcuni fanno derivare il nome da "zingibereus", termine sospeso tra il latino maccheronico e l'arabo, che significa "cibo piccante da re". Forse non era più tanto piccante come quando nacque, ma senz'altro era regale quando Caterina de' Medici se ne ingozzò, perché la carne avicola era rara e preziosa, anche se il cibreo ne utilizzava gli scarti. L'Accademia della Crusca, invece, fa derivare cibreo dalla parola latina *gigeria*, che significa interiora di pollo miste. Anche Giambattista Fagiuoli, letterato del Seicento, dicendo "mi compose di chiacchiere un cibreo" alludeva a un miscuglio; di parole, ma sempre miscuglio. E un miscuglio ordinò la Volpe, quando con Pinocchio e il Gatto si fermò a mangiare all'osteria, e si fece portare "per tornagusto un cibreino di pernici, di starne, di conigli, di ranocchi, di lucertole e d'uva paradisa".

Povero ma ricco Molto diverse sono le versioni di questa ricetta, nata, come tante altre, dall'esigenza di non sprecare nulla: alcuni, seguendo Artusi, preparano una formula senza profumi, alla quale ci siamo anche noi attenuti. Altri prevedono l'uso di cipolla ed erbe per rosolare i fegatini, alcuni aglio, o verdure, pomodoro, acciughe... Un cibreo di ingredienti semplici, per un piatto nato povero, ma lo stesso ricco: di sostanza e di gusto.

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 4: *• fegatini e creste di gallo g 400 • burro g 30 • 3 uova • farina bianca • brodo • limone • sale • pepe*

- Pulite i fegatini e sbollentateli in acqua bollente, scolandoli dopo 2'. Tagliateli a pezzetti.
- Scottate anche le creste di gallo, per circa 2', privatele della pelle e tagliatele a pezzetti.
- In una padella, sciogliete il burro, poi unite le creste e fatele rosolare per 1-2'. Bagnatele quindi con un bicchiere di brodo, coperchiate e lasciatele cuocere a fuoco moderato per circa 30'.
- Aggiungete, quindi, i fegatini, salate, pepate e proseguite la cottura per pochi minuti, finché anche i fegatini saranno cotti.
- Intanto, battete le uova con un cucchiaino di farina, il succo di mezzo limone e un mestolino di brodo caldo, che dovrete aggiungere a filo, poco per volta, per evitare che le uova cuociano.
- Togliete i fegatini dal fuoco e versate la "salsa" di uova così ottenuta, che con il calore si rapprenderà leggermente, e servite caldi.

Variazioni **al ristorante**

• Il cibreo è difficile da trovare nei ristoranti: chi vuole assaggiarlo farà bene a "prenotarlo" con un congruo anticipo.

• CIBREO Lo tiene in lista il locale intitolato proprio alla ricetta: Fabio Picchi lo cucina da 30 anni nel modo più antico: la sua è una versione "pura", senza uovo. Dice infatti: "Quello con l'uovo è una variante, il cibreo in fricassea" (via del Verrocchio 8r, Firenze, tel. 0552341100).

• I RIFFAIOLI Qui il cibreo si prepara con poca cipolla ed è servito accompagnato da spinaci saltati con aglio e peperoncino (via del Ponte alle Riffe 4r, Firenze, tel. 0555088070).

• LA GRAMOLA Due le versioni proposte: il piatto, profumato con un po' di cipolla, salvia e noce moscata; e la salsa per i crostini: rigaglie tritate e infarinate, rosolate con Vin Santo (via delle Fonti 1, Tavernelle Val di Pesa, FI, tel. 0558050321).

Tagliere di legno De Padova. Padella Moneta. Indirizzi nell'ultima pagina.

Prime vittorie di tappa

Raccoglie sempre più adesioni l'operazione lanciata da Academia Barilla *e* La Cucina Italiana. *Candidatura dopo candidatura, voto dopo voto, cominciano a delinearsi le vostre preferenze. Ecco i primi due campioni usciti dalle classifiche online: la Panzanella toscana, preferita tra gli antipasti, e i Tortelli di erbetta... primi tra i primi. Continuate a votare su* ***www.lericetteditalia.it!***

COSA SUCCEDE ON LINE

Archiviata la prima tappa, che vedeva in gara i preferiti tra antipasti e primi piatti, si è aperta la sfida tra i secondi e le verdure: da queste due categorie usciranno altrettante specialità tra le più amate da tutti voi.

Panzanella e Tortelli di erbetta, che hanno vinto la prima manche, restano comunque in gara: riusciranno a mantenere il vantaggio e arrivare sino in fondo, alla rosa finale dei 10 piatti nel cuore degli italiani? Nel frattempo, curiosando nelle classifiche del "secondo turno", nelle primissime posizioni vediamo trionfare tre grandi carni: Brasato, Cotoletta e Fiorentina. Meno "combattivi" i secondi di pesce, anche se le fritture di mare raccolgono comunque molte preferenze. Tra le verdure, sembra lanciata verso un sicuro successo la Parmigiana. Ma qualche guizzo è atteso dagli ortaggi di stagione: Carciofi alla Romana e Fiori di zucca fritti se la battono con Caponata e Pomodori ripieni. Chi la spunterà?

un'iniziativa promossa da:

Vittorio Emanuele II re d'Italia in un dipinto di Rodolfo Morgari, conservato presso il Castello di Racconigi. L'opera si potrà ammirare al Palazzo Reale di Torino, fino al 10 maggio, nella prima grande mostra del 150° dell'Unità d'Italia dedicata a *Vittorio Emanuele II, Il Re Galantuomo*.

LA "POVERA" PANZANELLA

Dopo un testa a testa con la Torta pasqualina, tra gli antipasti l'ha spuntata la Panzanella.

Piatto di una semplicità disarmante, è la versione toscana del "pane bagnato", o "zuppa a freddo", che si preparava con avanzi di pane spruzzati d'acqua e arricchiti di odori. La vittoria della Panzanella ha, per Le Ricette d'Italia, una valenza non solo gastronomica. Grazie alle nostre ricerche nei documenti custoditi nella biblioteca di **Academia Barilla**, abbiamo scovato un gustoso aneddoto: nel 1865 una Panzanella "storica" fu infatti servita, nel castello di Brolio, dallo statista Bettino Ricasoli al re d'Italia Vittorio Emanuele II, giunto nel Chianti per una battuta di caccia. Il basilico dava il verde, il pomodoro il rosso e il pane il bianco, così da servire "i colori d'Italia". Nome con cui, visto il gradimento reale, il rustico piatto fu ribattezzato in alcuni pranzi ufficiali a corte. Dove questa pietanza toscana era innaffiata con il Chianti nostrano, al posto dei vini francesi che andavano per la maggiore sulla tavola dei Savoia.

I NOBILI TORTELLI DI ERBETTA

Con tantissimi voti, a dispetto di piatti sulla carta più "titolati", dalla Carbonara ai risotti, i Tortelli di erbetta (o erbette) hanno sbaragliato la concorrenza vincendo la gara tra i primi piatti.

La biblioteca gastronomica di **Academia Barilla** ci svela, tra le pagine dei suoi preziosi libri, alcune curiosità su questa pasta fresca, tipica di Parma, farcita con ricotta, Parmigiano ed erbette, ovvero bietoline. Bartolomeo Scappi, nel citare questo "tortelletto d'herba", nella sua Opera dell'arte del cucinare (1570), considera fondamentale il formaggio Parmigiano e, tra gli ingredienti, "biete", "butirro fresco", "cascio Parmeggiano grattato e cascio grasso" e "uno sfoglio di pasta". La tradizione li vuole "foghè in t'al butér, sughè in t'al formài", cioè "affogati" nel burro fuso e asciugati dal Parmigiano grattugiato.

LE VOSTRE STORIE AI FORNELLI

MEMORIE DI PIATTI

Ricordi: quanti ne hanno raccolti i piatti candidati su Le Ricette d'Italia! Uno in particolare ci ha colpito. Racconta di una ragazza, **Silvia Viti**, fiorentina 27enne (nella foto), in Belgio per motivi di studio. Di una casa "provvisoria", senza frigo, senza cibo. Finché una sera, rientrando: «***Sul pianerottolo sentii uno sfrigolio. Dalla porta vicina uscì un giovane col grembiule. Si presentò e mi invitò. Due italiani in algida terra straniera. La divina provvidenza: un partenopeo ai fornelli e una frittata di maccheroni che non scorderò facilmente! E pensare che quel piatto non aveva mai destato il mio interesse. Ma quel Giuseppe del ricordo ci aveva aggiunto evidentemente qualcosa di speciale!***». Speciale è sicuramente l'aneddoto che ci ha spinto a omaggiare Silvia con un abbonamento a *La Cucina Italiana*. Così, potrà perfezionarsi nei suoi piatti preferiti. Come la pasta alla Norma che prepara per Laura, amica d'infanzia, e il suo coinquilino Piergiorgio.

POLPO E PATATE VERSIONE CHIC

Online arrivano da tutti voi suggerimenti e trucchi molto interessanti. Tra i tanti, anche quello di **Roberto Gracci**, viareggino doc di 45 anni (nella foto), che ha proposto un'elegante variante al classico polpo e patate. Roberto lessa queste ultime a parte per poi frullarle con un cucchiaio di acqua di cottura del polpo e olio per ottenere una crema: «***La stendo sul piatto, dispongo il polpo a pezzettoni e guarnisco con dadini di pomodoro, olive taggiasche, basilico a julienne, un filo d'olio e una macinata di pepe***». Un'interpretazione da chef! «***Adoro cucinare preparazioni di mare e mi piace inserire un pizzico di creatività in tutto quello che faccio. A volte basta poco per rinnovare e dare una nuova veste a un piatto che non cambia da anni***». La sua proposta ci ha convinto ad assecondare la sua passione per i fornelli con un omaggio, il volume di Academia Barilla dedicato a **"La cucina regionale italiana - I grandi cuochi, i loro segreti"**.

FAGOTTINI CROCCANTI CON INSALATA E PECORINO

MEDIA ●●

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 6: *• pecorino non stagionato g 180 • lattughino fresco g 120 • farina 0 g 80 • farina di ceci g 35 • 1 uovo • olio extravergine di oliva • sale*

■ Miscelate le farine e amalgamatele con g 170 di acqua e un pizzico di sale, mescolando con una frusta fino a ottenere una pastella omogenea.

■ Spennellatela in una padellina da crêpe (ø cm 22), poggiata sopra una pentola di acqua in ebollizione, creando uno strato sottile, ma sufficiente per conservare l'umidità e l'elasticità della crêpe. Cuocete la crêpe finché, con molta delicatezza, non riuscirete a staccarla perfettamente dalla padella (ci vorranno circa 2'). Preparate allo stesso modo altre 5 crêpe.

■ Spennellate la superficie delle crêpe con l'uovo battuto, poi sistemate al centro il lattughino e il pecorino a filetti, quindi richiudetele a fagottino.

■ Disponete i fagottini su una teglia coperta con carta da forno leggermente unta di olio, conditeli con un filo di olio e infornateli a 250 °C per circa 3'.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Albana di Romagna secco, Falerio dei Colli Ascolani, Salice Salentino Pinot bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

PANCAKE DI RISO CON FAVE E SALAME

FACILE ●

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 10: *• salame di Felino g 200 • latte g 160 • fave sgranate g 150 • farina di riso g 150 • farina 0 g 70 • farina di mais fioretto g 30 • lievito in polvere per pizze g 7 • 2 uova • pesto • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Miscelate le farine con il lievito; unite le uova e il latte e amalgamate con una frusta ottenendo una pastella liscia. Aggiungete poi g 15 di olio e due prese di sale.

■ Versate la pastella a cucchiai in una padella antiaderente ben calda, formando delle frittelline di cm 5-6 di diametro. Cuocetele per 1' per lato, ottenendo almeno 30 pancake.

■ Scottate le fave in acqua bollente per 1' dalla ripresa del bollore, poi pelatele e tritatele nel cutter con g 30 di olio, sale, pepe e un cucchiaio di pesto.

■ Montate 10 "sandwich" mettendo un pancake alla base, una fetta di salame (tagliato di sbieco), uno strato di fave tritate, un altro pancake, salame, fave e un ultimo pancake. Fermate ogni "sandwich" con due stecchini.

■ Servite i pancake tagliati a metà.

Vino *rosato secco, fragrante, di buona acidità*
Garda Bresciano Chiaretto, Bolgheri rosato, Sannio rosato
Acqua *lievemente frizzante, oligominerale, di gusto delicato, fine e poco pungente*

TERRINA DI CONIGLIO CON ORTAGGI E CARAMELLO ALL'ACETO

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora più il raffreddamento

Ingredienti per 10: *• verdure miste (zucchina, carota, asparagi) g 500 • polpa di coniglio g 400 • panna fresca g 150 • aceto rosso g 130 • zucchero g 120 • 1 uovo • 1 albume • paprica dolce in polvere • erba cipollina • burro • limone • olio extravergine • sale • pepe*

■ Tritate nel cutter il coniglio a bocconcini, con la panna, l'uovo e l'albume, g 100 di acqua, sale, pepe e un pizzico di paprica. Tritate a lungo, in modo che la polpa quasi si monti a mousse. Alla fine, unite l'erba cipollina tagliata a rondelline e mescolate.

■ Versate la mousse in uno stampo da plum cake da mezzo litro, ben imburrato. Coprite con un foglio di alluminio leggermente imburrato e infornate in un bagnomaria già caldo a 160 °C per circa 40' (terrina).

■ Intanto, tagliate le verdure a julienne, avendo cura di utilizzare solo il verde della zucchina. Appassitele al vapore per 1' e lasciatele raffreddare, poi conditele con un filo di olio, sale e succo di limone.

■ Sfornate la terrina e lasciatela raffreddare con un peso sopra, poi sformatela e mettetela in frigorifero coperta con la pellicola per almeno 1 ora.

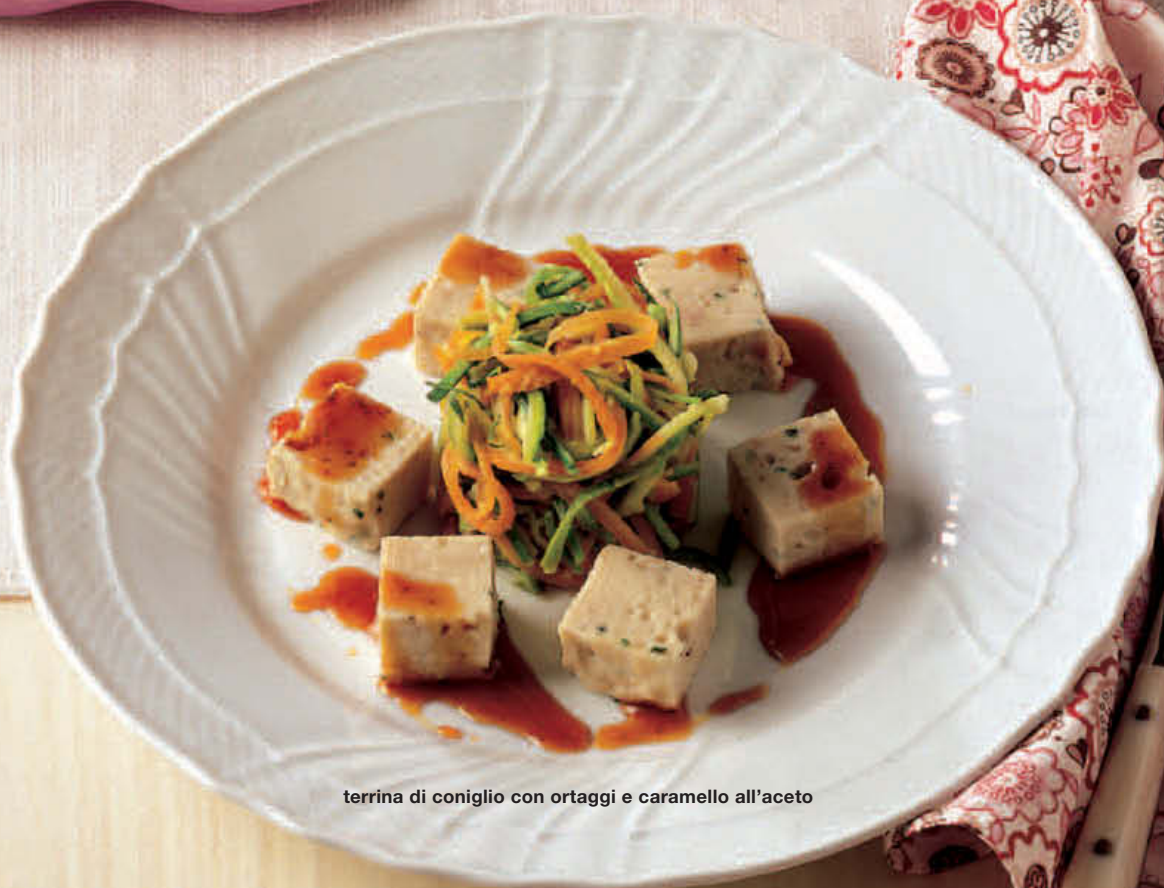
■ In una padellina sciogliete lo zucchero, senza mescolare né muovere la pentola. Quando comincia a caramellare, anche se al centro non è ancora sciolto, unite, fuori del fuoco, l'aceto e g 130 di acqua. Riportate sul fuoco, mescolate senza cucchiaio, solo muovendo la pentola, e fate bollire finché si scioglierà tutto il caramello rappreso. Togliete dal fuoco e fate raffreddare finché diventerà una salsa.

■ Tagliate la terrina a fette e poi a cubetti e servitela con le verdure e la salsa di caramello all'aceto.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Trentino Chardonnay, Friuli-Grave Friulano, Verbicaro bianco
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

Piatti bianchi Richard Ginori, piatti colorati Emile Henry, posate Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Indirizzi nell'ultima pagina.

pancake di riso con fave e salame

fagottini croccanti con insalata e pecorino

terrina di coniglio con ortaggi e caramello all'aceto

Buona Pasqua
DALL' ISOLA D'ORO
La sorpresa
è tutta da gustare
Scopri le
irrinunciabili bontà
dell'Isola d'Oro
www.lisoladoro.it
L'ISOLA D'ORO
SICILIA
TONNOTTO
SGOMBROTTO
300g
195g
L'ISOLA D'ORO SRL

“MACEDONIA” DI TROTA MARINATA E AVOCADO

FACILE

Tempo: circa 30' più la marinatura

Ingredienti per 8: *• filetti di trota g 450 • vino bianco secco g 300 • avocado g 250 • aceto bianco g 100 • 16 foglie di insalata belga • 1 scalogno • prezzemolo tritato • zucchero • olio extravergine di oliva • sale • pepe nero*

- Spellate i filetti di trota e tagliateli a cubetti, raccoglieteli in una ciotola capiente e conditeli con una spolverizzata di zucchero e un po' di sale e lasciateli marinare per circa 4 ore.
- Scaldate il vino con l'aceto, insieme allo scalogno tritato e 3 cucchiai di olio. Al bollore, versatelo sui cubetti di trota marinati, dopo averli conditi con una macinata di pepe, e lasciate raffreddare completamente.
- Scolate i cubetti di trota dall'aceto, mescolatevi l'avocado, sbucciato e tagliato a cubetti, e un ciuffo di prezzemolo tritato, 2 cucchiai di olio e, se serve, aggiustate di sale e pepe (“macedonia”).
- Servite la “macedonia” nelle foglie di belga, scelte tra le più belle del cespo, disposte a raggiera nel piatto: al centro mettete la “macedonia” residua.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Montello e Colli Asolani Pinot bianco, Colli Romagna Centrale Trebbiano, Gravina bianco secco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

BRUSCHETTE CON NIDO DI ZUCCHINE E MOUSSE DI CAPRINO

FACILE

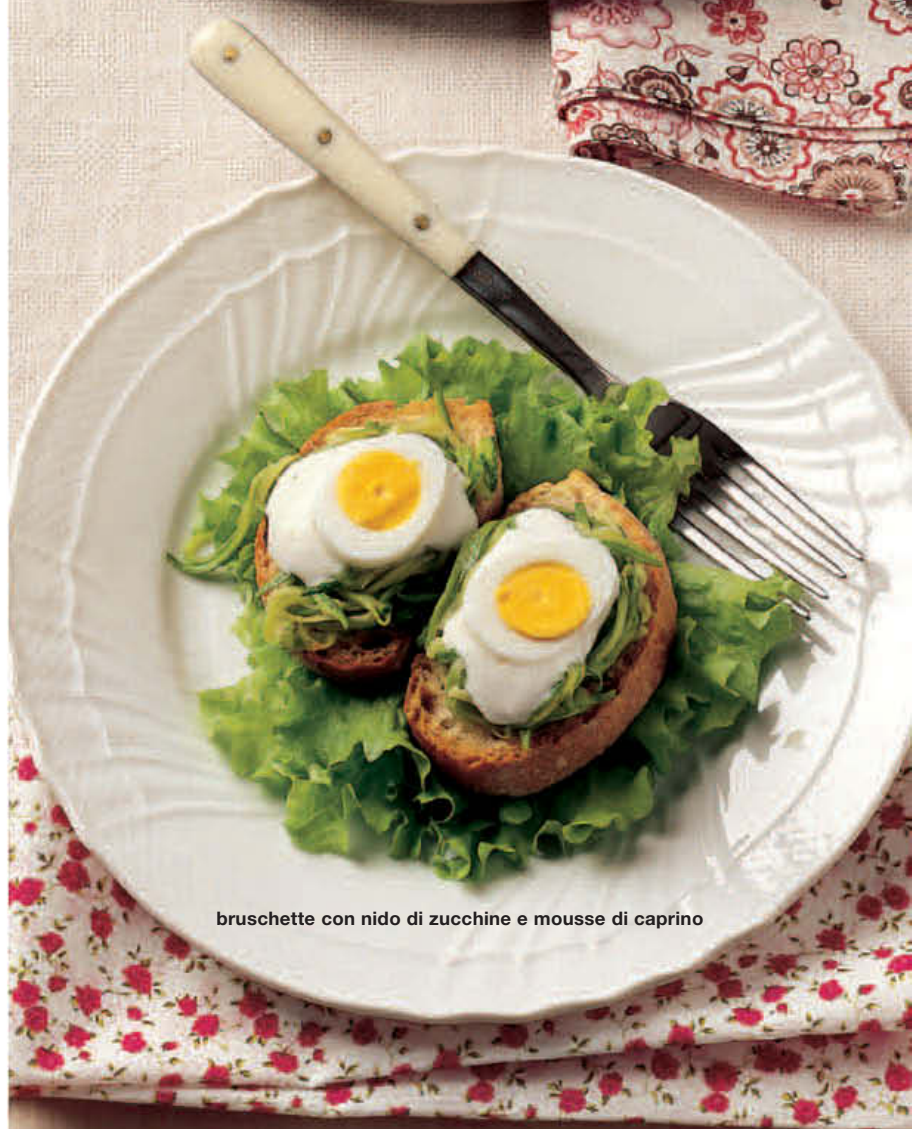
Tempo: circa 40' più la marinatura

Ingredienti per 8: *• zucchine novelle g 250 • caprino fresco g 160 • latte g 50 • 16 fettine di pane • 8 uova di quaglia • 1 scalogno • lattughino riccio • aglio • maggiorana • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

- Tagliate le zucchine a julienne e lasciatele marinare per 45' con sale, lo scalogno a rondellone e qualche rametto di maggiorana.
- Rassodate le uova di quaglia mettendole in acqua fredda e cuocendole per 3-4' dal bollore.
- In una ciotola, lavorate con una frusta il caprino con il latte, sale, pepe (mousse).
- Tostate le fettine di pane in forno o in padella, poi sfregatele con uno spicchio di aglio (bruschette).
- Strizzate delicatamente le zucchine, dopo aver tolto lo scalogno e i rametti di maggiorana. Conditele con un filo di olio e sistematele a nido sulle bruschette, lasciando una nicchia al centro, che riempirete poi con la mousse di caprino.
- Terminate con mezzo uovo di quaglia per bruschetta e servite su un letto di lattughino riccio.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Bianco di Custoza, Colli Bolognesi Sauvignon, Erice Grillo
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Molte altre ricette di antipasti su www.lacucinaitaliana.it

“macedonia” di trota marinata e avocado

bruschette con nido di zucchine e mousse di caprino

CHICCHE DI MAIS CON BIETOLE E CIPOLLOTTO

MEDIA ●●

Tempo: circa 30'

Ingredienti per 4: *• bietole mondate g 150 • farina di mais fioretto g 130 • 2 cipollotti g 120 • farina 00 g 80 • farina di grano duro g 50 • prezzemolo • peperoncino • pecorino romano • olio extravergine di oliva • sale*

■ In una ciotola, miscelate tra loro le farine. Portate a bollore g 220 di acqua con g 10 di olio e un pizzico di sale; quando bolle, versatela sulle farine e mescolate, impastando poi fino a ottenere una massa omogenea.

■ Dividete la pasta in palline, dalle quali ottenere dei rotolini di circa cm 1 di diametro; tagliateli quindi in gnocchetti di cm 1 (chicche), fino a esaurire la pasta. Mettete a bollire una pentola di acqua.

■ Spuntate i cipollotti, privandoli solamente di 1/3 della parte verde, quindi tagliateli a rondelle. Lavate e scolate le bietole, poi tagliatele a pezzetti.

■ Salate l'acqua e tuffatevi le chicche; intanto, rosolate in 4 cucchiai di olio i cipollotti per 1', poi unite un ciuffo di prezzemolo tritato e peperoncino a piacere.

■ Salate e aggiungete insieme le bietole e le chicche che, nel frattempo, saranno venute a galla. Insaporitele per 1-2' e servite, completando con una grattugiata di pecorino romano.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Bagnoli bianco, Candia dei Colli Apuani secco,
Campi Flegrei Falanghina
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

RISO BASMATI AL SALTO CON ASPARAGI E CAPESANTE

FACILE ●

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: *• brodo di pollo g 500 • riso Basmati g 250 • 6 capesante g 200 • 6 asparagi g 190 • burro chiarificato g 65 • cipolla g 60 • pistacchi g 30 • pinoli g 30 • 1 scalogno • chiodi di garofano • alloro • sale*

■ In un pentolino, portate a bollore il brodo. In un'altra pentola, capiente e adatta al forno, mettete lo scalogno pelato, tagliato a metà e steccato con 3 chiodi di garofano, una foglia di alloro e il riso. Aggiungete il brodo bollente, portate sul fuoco, fate riprendere il bollore poi coperchiate e infornate a 200 °C per 6'. Sfornate il riso e lasciatelo riposare con il coperchio finché non si sarà raffreddato.

■ In una padella, sciogliete il burro chiarificato e rosolatevi la cipolla a fette insieme agli asparagi, mondati e tagliati a rondellone; dopo 4-5', unite i pistacchi e i pinoli sminuzzati e, dopo 1', aggiungete le capesante tagliate a dadi. Saltatele per 1', poi togliete 2 o 3 cucchiaiate di questo condimento e tenetele da parte. Infine, unite il riso, salate e insaporite per 2-3'.

■ Spegnete e servite, unendo il condimento che avete tenuto da parte.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Merlara Malvasia, Colline di Levanto bianco,
Colli Etruschi Viterbesi bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

RAVIOLONI DI RICOTTA CON PESTO DI SANTOREGGIA

MEDIA ●●

Tempo: circa 40' più il riposo

Ingredienti per 4: *• ricotta g 500 • farina g 240 • grana grattugiato g 35 • prezzemolo g 20 • farina di mandorle g 12 • 2 uova • aglio • erba cipollina • santoreggia • olio extravergine di oliva • sale*

■ Amalgamate le uova con la farina, un goccio di olio e un pizzico di sale. Impastate fino a ottenere una massa elastica. Lasciatela riposare coperta per circa 20'.

■ Lavorate la ricotta con un pizzico di sale, il grana e qualche filo di erba cipollina tagliato ad anellini.

■ Tirate la pasta in sfoglie a velo spesse circa mm 1, quindi tagliatela in rettangoli, spennellateli ai bordi con un po' di acqua e farciteli con la ricotta. Chiudete i rettangoli ripiegando la pasta e pressandola ai bordi; rifilate il lato lungo con la rotella ondulata. Dovrete ottenere almeno 12 ravioloni rettangolari di cm 13x6.

■ Frullate il prezzemolo con un rametto di santoreggia (solo le foglioline), una rondella di aglio, la farina di mandorle, g 60 di olio e g 70 di acqua, fino a ottenere una salsa verde ben omogenea (pesto).

■ Tuffate i ravioli in acqua bollente salata, scolateli delicatamente con una schiumarola appena vengono a galla e serviteli con il pesto di santoreggia.

Lo chef dice che: si può scegliere di fare i ravioli della forma che si preferisce, facendo in modo che ci sia la giusta proporzione tra la pasta e il ripieno.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Alto Adige Sauvignon, Pagadebit di Romagna secco,
Salaparuta Inzolia
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Piatti lavorati Richard Ginori, piatti colorati, piatto rettangolare e ciotole Emile Henry, posate Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Indirizzi nell'ultima pagina.

chicche di mais con bietole e cipollotto

riso Basmati al salto con asparagi e capesante

ravioloni di ricotta con pesto di santoreggia

SALVATAGGIO
CHEF
Besciamella
pronta per cucinare
CHEF
Panna
Cremosa e Omogenea
parmalat
YOCHEF
Novità
parmalat
IN CUCINA NON HAI BISOGNO DEI GRANDI CHEF.
Grazie a Panna Chef in cucina non avrete più bisogno dei grandi cuochi. Perché con Panna Chef, così cremosa ed avvolgente, i veri chef sarete voi. Prova anche YOChef, il buon condimento preparato con panna e yogurt.
Tutto il gusto e la cremosità della panna tradizionale con il 70% di grassi in meno.
parmalat

ZUPPA DI BORRAGINE CON POLPETTINE DI POLLO

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 40'

Ingredienti per 6: *• mezzo pollo g 600 • borragine g 600 • latte g 100 • pancarré g 80 • 2 scalogni • 1 gambo di sedano • 1 carota • 1 cipolla piccola • timo • rosmarino • olio extravergine di oliva • sale*

- Spolpate il mezzo petto e la coscia. Raccogliete le ossa in una casseruola con sedano, cipolla e carota; coprite con litri 2,5 di acqua e cuocete per 1 ora (brodo).
- Frullate la polpa del petto con il pancarré ammollato nel latte e un pizzico di sale (composto).
- Mondate la borragine, lavatela e sminuzzatela. In una casseruola capace soffriggete per 1', in 2 cucchiai di olio, gli scalogni a fettine con un rametto di timo, uno di rosmarino e la polpa della coscia tritata grossolanamente; dopo un paio di minuti eliminate gli aromi e unite la borragine. Proseguite per 2', poi bagnate con litri 1,5 di brodo filtrato e lasciate bollire per 10' (zuppa).
- Usando un cucchiaino formate delle polpettine di composto, tuffatele direttamente nella zuppa e cuocetele per 15'. Spegnete, aggiustate di sale e servite la zuppa di borragine con le polpettine di pollo.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Gambellara classico, Montescudaio Vermentino, Alcamo Grecanico
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

"CARBONARA" DI VERDURE

FACILE ●

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: *• linguine g 350 • fagiolini g 100 • pinoli g 40 • burro g 40 • grana grattugiato g 35 • 4 asparagi • 3 tuorli • 1 scalogno • prezzemolo tritato • sale • pepe*

- Mondate gli asparagi e lessateli in abbondante acqua salata fremente per 4-5'.
- Pulite i fagiolini, lessateli in acqua salata per 6-7', poi scolateli e apriteli a metà nel senso della lunghezza.
- In una padella rosolate i pinoli con lo scalogno a fettine nel burro spumeggiante per 1'. Poi unite gli asparagi, tagliati a fettine in lunghezza, i fagiolini e proseguite per un altro minuto, aggiustate di sale e spegnete.
- In una ciotola battete i tuorli con il grana, un cucchiaio di prezzemolo e una generosa macinata di pepe.
- Lessate le linguine al dente, scolatele direttamente nella padella con i fagiolini e gli asparagi; saltate tutto per 1' poi unite i tuorli battuti, mescolate, spegnete e servite subito, completando a piacere con una grattugiata di grana o di pecorino romano.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Piave Verduzzo, Colli Altotiberini Trebbiano, Cilento bianco
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

Molte altre ricette di primi su www.lacucinaitaliana.it

zuppa di borragine con polpettine di pollo

"carbonara" di verdure

Emilia-Romagna

TRANCI DI PESCE ALLA ROMAGNOLA

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• 1 pagello g 600 • 1 orata g 400 • 1 branzino g 350 • 5 uova • 1 limone • prezzemolo • pangrattato • farina • olio extravergine • sale • pepe*

■ Dopo aver eviscerato i pesci, squamateli con cura. Poi prendete uno dei pesci e con un coltello molto affilato, praticate un taglio lungo la schiena, quindi incidete la carne, sollevando la pinna laterale, arrivando fino alla lisca centrale. Inserite la lama di piatto e fatela strisciare sulla lisca centrale fino alla coda, sollevando il filetto solo alla fine, quando sarà staccato del tutto. Girate il pesce e fate la stessa cosa per l'altro filetto. Sfilettate così anche gli altri due pesci.

■ Rifilate i filetti eliminando le parti corrispondenti al ventre, nel punto dove avete fatto il taglio per l'eviscerazione. Questa parte è un po' molle e spesso ricca di lische. Eliminate con la pinzetta le lische che sono rimaste. Per trovarle fate scorrere le dita sulla polpa del filetto dalla testa alla coda e viceversa.

■ Dopo aver lessato le uova, eliminate l'albume e passate al setaccio i tuorli. Mescolateli con g 50 di pangrattato e un ciuffo di prezzemolo tritato (impanatura).

■ In una casseruola abbastanza capace, che possa andare in forno, scaldate 4 cucchiai di olio, poi rosolatevi i tranci di pesce infarinati per un paio di minuti per lato. Salate, pepate e cospargete i tranci con l'impanatura. Spegnete e infornate a 210 °C per 8'.

■ Sfornate, profumate i tranci con una grattugiata di scorza di limone, poi accomodateli sul piatto da portata e completateli con il succo del limone.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale Trebbiano di Romagna, Sant'Antimo Pinot grigio, Sambuca di Sicilia Chardonnay*
Acqua *lievemente frizzante, mineralizzata, di gusto pieno, fresco e sapido*

INSALATA DI MARE CON LE TACCOLE

FACILE ●

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 6: *• polpo g 800 • cozze g 500 • taccole g 250 • 12 alici sfilettate • 12 code di scampo sgusciate • 12 code di gamberone sgusciate • 3 calamari puliti di media dimensione • 3 limoni • vino bianco secco • prezzemolo • alloro • olio extravergine • sale • pepe*

■ Mettete i filetti di alice in un recipiente con un ciuffo di prezzemolo, sale e pepe. Coprite con il succo di 2 limoni e lasciate marinare per 20-25'.

■ Lessate il polpo per 35', spellatelo e tagliatelo a tocchi. Lessate le taccole in acqua con un filo di olio per 12', scolatele, fatele intiepidire e tagliatele a losanghe.

■ Raccogliete le cozze in una casseruola con un filo di olio, un ciuffo di prezzemolo e g 80 di vino bianco. Portate sul fuoco medio, coperchiate e quando si saranno aperte (ci vorranno 8-10') spegnete e sgusciatele.

■ Tagliate le sacche dei calamari in listerelle sottili, immergetele con i ciuffi per un minuto nell'acqua bollente, profumata con una foglia di alloro. Spegnete e dopo un minuto scolate.

■ Lessate le code di scampo e di gamberone nell'acqua bollente per 20-30 secondi.

■ Raccogliete tutti gli ingredienti in una ciotola, che possa andare in tavola, e condite l'insalata con una citronnette fatta con tre parti di olio, una di succo di limone, prezzemolo tritato e una presa di sale.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale Oltrepò Pavese bianco, Colline Lucchesi Sauvignon, Tarquinia bianco*
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

TRANCETTI DI SGOMBRO AI POMODORI SECCHI

FACILE ●

Tempo: circa 30' più l'ammollo

Ingredienti per 4: *• 2 sgombri g 600 • piselli freschi sgranati g 300 • pomodori secchi g 40 • 1 limone • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale*

■ Ammollate per 1-2 ore i pomodori secchi, poi strizzateli e tritateli grossolanamente con un ciuffo di prezzemolo (trito aromatico).

■ Eviscerate gli sgombri, eliminate la testa e dividete il corpo in trancetti.

■ Accomodate i trancetti in una pirofila unta di olio, unite il trito aromatico e infornateli a 200 °C per 10'.

■ Lessate i piselli per 2' nell'acqua bollente con 2 scorze di limone poi scolateli. Scaldate 2 cucchiai di olio con 3-4 scorze di limone, unitevi i piselli e rosolateli sulla fiamma vivace per 2-3'. Infine aggiustate di sale.

■ Sfornate i trancetti e serviteli con i piselli ben caldi.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale Lugana, Colli di Luni Vermentino, Cirò bianco*
Acqua *frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e citrino*

Ciotola e piatti lavorati Richard Ginori, piatto rettangolare e piatto rosa Emile Henry, forchetta Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli. Indirizzi nell'ultima pagina.

insalata di mare con le taccole

tranci di pesce alla romagnola

trancetti di sgombro ai pomodori secchi

INVOLTINI DI SPADA FARCITI DI ASPARAGI

FACILE

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 6: *• 12 fette di pesce spada molto sottili g 500 • asparagi mondati g 400 • barba di frate g 350 • erba cipollina • olio extravergine di oliva • sale*

- Lessate gli asparagi in acqua salata per 7-8'. Scolateli, tagliateli in listerelle sottili e rosolateli in padella per 2' con g 10 di olio e 3 fili di erba cipollina tritati.
- Mondate con molta cura la barba di frate per eliminare i residui di terra; lessatela in acqua bollente per 8'. Scolatela conservando un mestolo di acqua di cottura e conditela con olio e sale.
- Dividete gli asparagi in 12 porzioni e distribuiteli su altrettante fette di spada, arrotolandole intorno agli asparagi a mo' di involtino. Disponete gli involtini su una placca foderata di carta da forno e unta di olio. Spolverizzate di sale e infornate a 200 °C per 6-7'.
- Frullate g 60 di barba di frate con g 60 di acqua di cottura, g 30 di olio e un pizzico di sale (salsa).
- Sfornate gli involtini, accomodateli nei piatti e serviteli con il resto della barba di frate e con la salsa a parte.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Terre di Franciacorta bianco, Montecarlo bianco, Sciacca Chardonnay
Acqua *lievemente frizzante, mineralizzata, di gusto pieno, fresco e sapido*

SPIEDINI MISTI

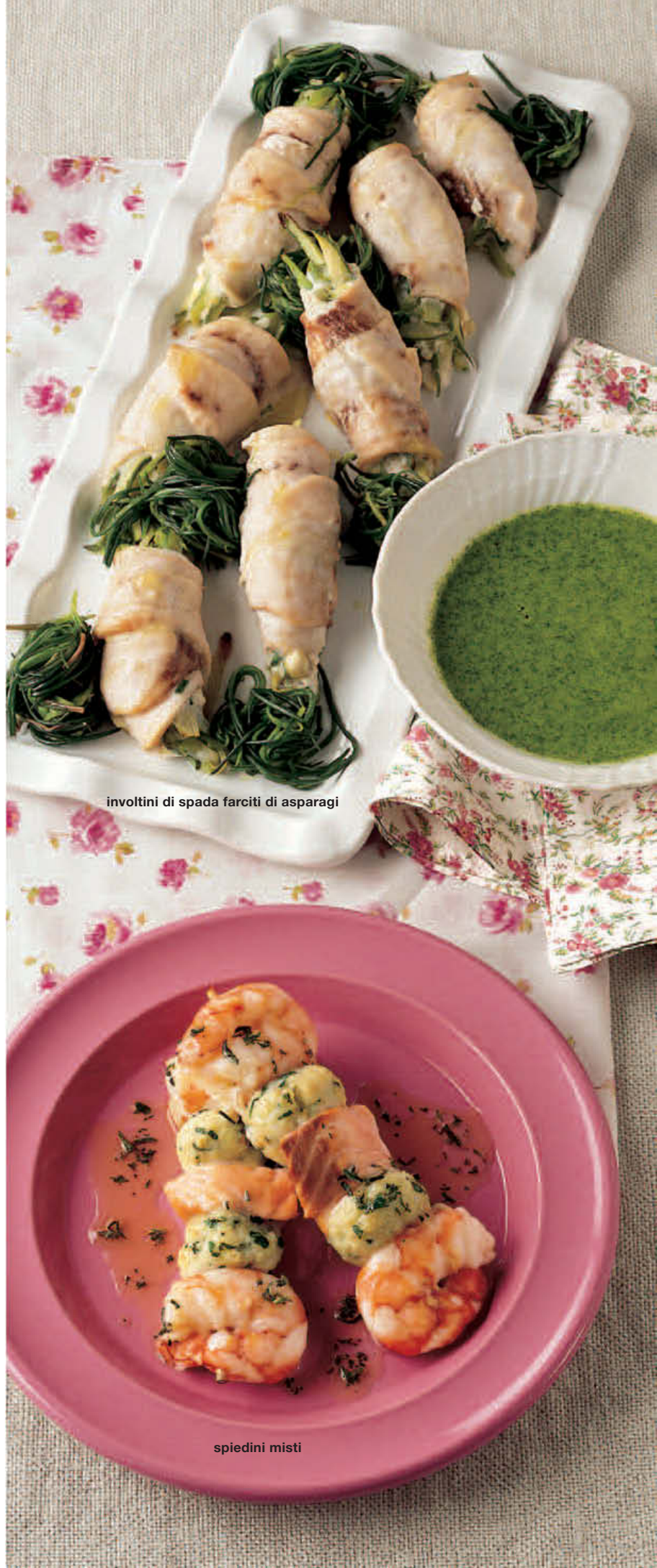
FACILE

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 6: *• polpa di nasello g 250 • polpa di salmone g 180 • mollica g 60 • 24 gamberi • prezzemolo • santoreggia • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

- Raccogliete nel bicchiere del frullatore la polpa di nasello a tocchi con un ciuffo di prezzemolo tritato, la mollica a tocchi e qualche fogliolina di santoreggia. Salate, pepate, aggiungete un filo di olio e frullate finemente. Con il composto ottenuto formate 24 polpettine.
- Sgusciate i gamberi e private le code del budellino nero aiutandovi con le pinzette.
- Riducete la polpa di salmone in 12 dadi.
- Su uno spiedino infilzate una coda di gambero, una polpettina, un dado di salmone, poi ancora una polpettina e per ultima un'altra coda di gambero. Allo stesso modo fate altri 11 spiedini.
- Accomodate i 12 spiedini su una placca foderata di carta da forno, infornate a 200 °C per 8-9', sfornate e servite 2 spiedini a testa, accompagnandoli con un'emulsione fatta con g 40 di olio, g 10 di acqua e un cucchiaio di santoreggia tritata.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Cinque Terre Costa de Campu, Esino bianco, Riesi bianco
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

Molte altre ricette di pesci su www.lacucinaitaliana.it

involtini di spada farciti di asparagi

spiedini misti

"ARROSTO" DI SALMONE FARCITO DI SOGLIOLA

PER ESPERTI ●●●

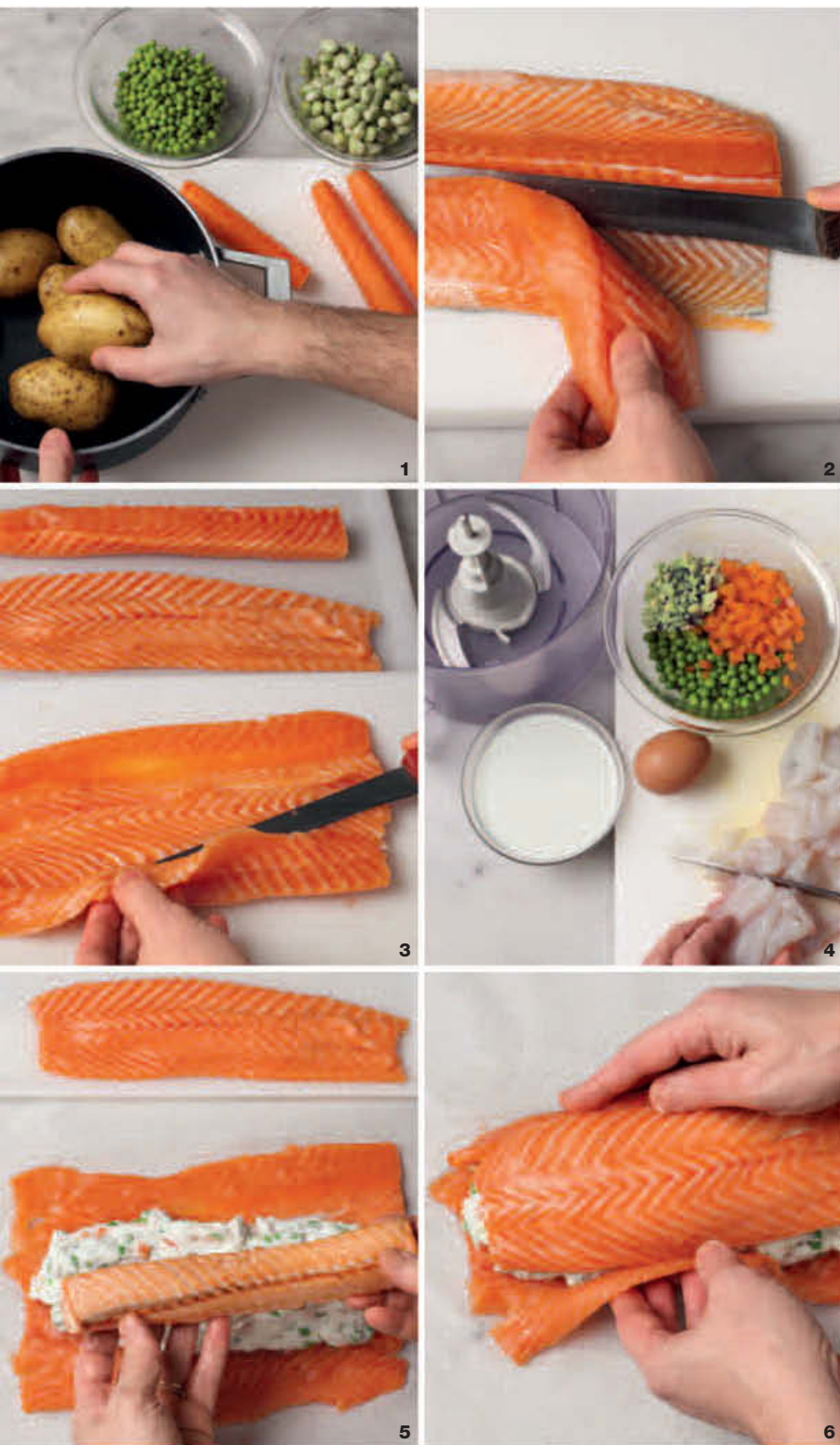
1

2

3

4

5

6

Tempo: circa 2 ore

Ingredienti per 12: *• filetto di salmone kg 1 • patate g 850 • 3 carote (2 grosse g 350 circa e 1 piccola g 100) • filetti di sogliola g 350 • panna fresca g 250 • fave fresche sgranate g 200 • piselli freschi sgranati g 180 • latte g 100 • 1 albume • prezzemolo tritato • noce moscata • burro • olio extravergine • sale • pepe*

■ **1** Lessate le patate con la buccia per 45-50', sbucciatele, schiacciatele con g 6 di prezzemolo, il latte caldo, g 30 di burro, noce moscata grattugiata e sale (purè). Pelate le 2 carote grosse e lessatele per 30'; scolatele, raffreddatele in acqua fredda, tagliatele in nastri. Sbollentate le fave per 2', sbucciatele e tritatene metà grossolanamente. Sbollentate i piselli per 2'. Lessate la carota piccola a dadini in acqua salata per 3-4'.

■ **2** Tagliate il filetto di salmone a metà nel senso della lunghezza e privatelo della pelle. Otterrete due mezzi filetti, uno corrispondente alla pancia, uno alla schiena.

■ **3** Ritagliate dalla pancia un piccolo "filoncino" largo cm 3. Aprite il resto di questa parte a libro. Aprite la schiena in una fetta unica: praticate, inserendo la lama di piatto a un terzo dell'altezza del filetto, un primo taglio che non arrivi fino al fondo del filetto, aprite lateralmente il primo lembo e dal punto dove avete fermato la lama partite con un secondo taglio nella direzione opposta. Aprite anche il secondo lembo ottenendo una grande fetta. Adagiatela su un foglio di carta da forno e battetela delicatamente con il batticarne.

■ **4** Frullate la sogliola a tocchi con la panna, un albume, sale e pepe. Poi unite le fave tritate, metà dei piselli e la carota a dadini (farcia).

■ **5** Sulla fetta grande distribuite metà della farcia; accomodate sopra il "filoncino", già rosolato per 1' per lato in una padella antiaderente rovente e fatto intiepidire.

■ **6** Unite il resto della farcia, coprite con la fetta di salmone tenuta da parte e chiudete ripiegando i lembi. Avvolgete nella carta da forno e legate a mo' di arrosto. Disponetelo su una placca, ungetelo di olio e infornate a 200 °C per 30-35'. Sfornate, fate intiepidire e servite l'arrosto di salmone a fette sul purè disposto a forma di uovo in un piatto e "fasciato" dai nastri di carota. Decorate con i piselli e le fave rimasti e a piacere con insalata.

Vino *spumante secco, dal perlage fine e persistente, profumo fragrante*
Oltrepò Pavese Cruasé, Franciacorta Rosé, Verdicchio dei Castelli di Jesi classico spumante
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Piatto ovoidale L'Abitare, piattino lavorato Richard Ginori, piatto rosa Emile Henry, bicchieri Villeroy & Boch, forchetta Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Casseruola Moneta. Indirizzi nell'ultima pagina.

VERDURE

TORTA AGLI ASPARAGI BIANCHI

FACILE

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 4: *• asparagi bianchi g 400 • pasta sfoglia g 230 • panna fresca g 100 • latte g 100 • 2 uova • burro • sale*

■ Mondate gli asparagi eliminando la base legnosa e pelando i fusti con un pelapatate. Lessateli in acqua bollente salata per 7-8'. Scolateli e fateli intiepidire.

■ Stendete la pasta sfoglia a mm 3 di spessore dandole una forma a disco.

■ Spennellate con burro fuso una tortiera bassa a fondo mobile con il bordo scannellato (ø cm 21, h cm 3) e foderatela con la pasta sfoglia. Fatela aderire bene lungo il bordo, rifilatela e bucherellatela sul fondo.

■ Distribuite gli asparagi nella tortiera, disponendoli a raggiera con la punta verso il bordo (tenetene da parte due per decorare). Riempite la tortiera con la panna, il latte e le uova mescolati con un po' di sale e infornatela a 170 °C per 30' circa.

■ Poi lasciate riposare la torta per qualche minuto, sformatela e servitela tiepida, decorandola al centro con gli asparagi tenuti da parte, tagliati a fettine sottili.

Vino *bianco frizzante, sapore secco e fresco*
Oltrepò Pavese Riesling frizzante, Val Polcevera frizzante, Circeo bianco frizzante
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

SAUTÉ DI TACCOLE E POMPELMO ROSA

FACILE

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• taccole g 400 • 1 pompelmo rosa • 3 filetti di acciuga sott'olio • olio extravergine • sale*

■ Mondate le taccole eliminando i piccioli e i filamenti.

■ Scottatele per 4-5' in acqua bollente salata, scolatele e trasferitele in acqua fredda e ghiaccio per conservarne il colore verde brillante.

■ Pelate a vivo il pompelmo e dividetelo in spicchi.

■ Sciogliete in padella, in un velo di olio caldo, i filetti di acciuga, unite quindi le taccole, ben scolate, e saltatele per qualche minuto.

■ Servitele con gli spicchi di pompelmo a pezzetti e, a piacere, con altri filetti di acciuga sminuzzati.

Lo chef dice che: le taccole o "piselli mangiatutto" sono varietà di piselli di cui si mangia anche il baccello, croccante e sottile. Non si devono confondere con i "fagioli mangiatutto", chiamati anche "piattoni", che sono decisamente più grandi e hanno un baccello più spesso e spugnoso, di colori che variano dal crema al verde.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Colli Piacentini Ortrugo, Val d'Arbia, Genazzano bianco
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

PATATE NOVELLE CON CRESCIONE E "SALSA BALSAMICA"

FACILE

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• patate novelle g 350 • aceto balsamico g 80 • crescione mondato g 60 • sale grosso*

■ Lavate e asciugate le patate. Disponetele in una pirofila su un letto di sale grosso, copritele con altro sale grosso e infornatele a 180 °C per 40' circa. Infine sfornatele, liberatele dal sale e lasciatele intiepidire.

■ Raccogliete l'aceto balsamico in una casseruolina e cuocetelo finché non si sarà ridotto della metà (salsa).

■ Tagliate le patate a rondelle senza sbucciarle e servitele con il crescione, granelli di sale e la salsa.

Vino *bianco secco, leggermente aromatico*
Valle d'Aosta bianco, Bianco Pisano di San Torpè, Colli del Trasimeno bianco
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

CIPOLLOTTI GLASSATI CON CREMA ALLA MENTA_ricetta richiesta

FACILE

Tempo: circa 30'

Ingredienti per 6: *• cipollotti mondati g 750 • panna fresca g 200 • burro • menta • sale • pepe bianco*

■ Sbollentate per 1' i cipollotti, scolateli, asciugateli e disponeteli in un unico strato in una larga padella. Copriteli a filo di acqua, unite una noce di burro, sale e cuoceteli a fuoco medio finché l'acqua non si sarà asciugata e i cipollotti non saranno lucidi e teneri.

■ Unite la panna, pepe e foglioline di menta e fate addensare cuocendo per altri 3-4'.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Golfo del Tigullio bianco, Pietraviva bianco, Leverano bianco
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

Piatti lavorati Richard Ginori, piatti con il bordo liscio, piattini e ciotole Emile Henry, posate Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Indirizzi nell'ultima pagina.

torta agli asparagi bianchi

sauté di taccole e pompelmo rosa

patate novelle con crescione e “salsa balsamica”

GRATIN RUSTICO DI FAVE E GUANCIALE

FACILE

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 6: *• fave fresche sgranate g 900 • guanciale g 120 • mollica di pane • sale*

- Tuffate le fave in acqua bollente non salata, scolatele dopo 3-4' e fatele raffreddare in acqua e ghiaccio per conservarne il colore verde brillante.
- Poi scolatele, stendetele su un telo e pelatele.
- Tagliate il guanciale a bastoncini e rosolatelo in una padella antiaderente senza grassi per 2-3'.
- Unite al guanciale le fave pelate e saltate tutto insieme per un paio di minuti. Infine regolate di sale, se occorre (il guanciale è molto saporito).
- Trasferite fave e guanciale su una placca coperta di carta da forno, cospargeteli con mollica sbriciolata e infornateli sotto il grill per 5' circa, sfornandoli quando la mollica avrà preso un bel colore dorato bruno.
- Distribuite il gratin in singole ciotoline e servitelo immediatamente.

Lo chef dice che: se non trovate il guanciale, potete sostituirlo con la pancetta tesa. Se volete arricchire questo piatto, mescolate alla mollica un po' di pecorino di media stagionatura grattugiato a filetti.

Vino *rosato secco, fragrante, di buona acidità*
Riviera del Brenta rosato, Assisi rosato, Carignano del Sulcis rosato
Acqua *lievemente frizzante, oligominerale, di gusto delicato, fine e poco pungente*

INSALATA FRESCA CON SALSA AL LAMPONE

FACILE

Tempo: circa 15'

Ingredienti per 4: *• insalate fresche miste mondate (soncino, indivia riccia, lattughe) g 200 • lamponi g 40 più un po' • aceto di lamponi • olio extravergine di oliva • sale*

- Sciacquate e asciugate delicatamente i lamponi, schiacciateli con una forchetta, stemperateli con g 20 di aceto di lamponi, salateli e poi mescolateli con g 40 di olio ottenendo una salsina.
- Spezzettate le insalate, distribuitele nei piatti, aggiungete qualche lampone intero e condite tutto con un giro di salsina ai lamponi.

Lo chef dice che: volendo completare l'insalata con una nota piccantina e fresca, aggiungete otto ravanelli tagliati a rondelle finissime. E non buttate via le foglie! Crude aggiungono una punta di piccante ai battuti aromatici e alle salse di erbe, ma è fritte che danno il meglio di sé. Stendetele, una alla volta, tra due schiumarole, immergetele in abbondante olio per friggere ben caldo, scolatele un attimo dopo, salatele e... assaggiatele immediatamente. L'aceto di lamponi può essere sostituito da quello di mele oppure da semplice aceto bianco, che però è meno aromatico e fine.

Vino *sconsigliato per la leggerezza delle insalate e per l'intensa acidità del condimento*
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Molte altre ricette di verdure su www.lacucinaitaliana.it

gratin rustico di fave e guanciale

insalata fresca con salsa al lampone

SPINACINO DI VITELLO FARCITO DI AGNELLO E FRITTATA

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 40'

Ingredienti per 8: *• spinacino di vitello g 800 • polpa di agnello g 200 • prosciutto cotto a cubetti g 60 • 4 uova • brodo vegetale • latte • timo • prezzemolo • burro • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Frullate la polpa di agnello poi conditela con sale, pepe, 1 uovo e g 10 di prezzemolo e timo tritati. Amalgamate con la frusta, poi unite il prosciutto (farcia).

■ Battete 3 uova con 2 cucchiai di latte, un ciuffo di prezzemolo tritato e sale. Versate il composto in una padellina (ø cm 16) in un cucchiaio di olio e una noce di burro sfrigolanti. Cuocete la frittata, che avrà uno spessore di almeno cm 1, per un paio di minuti per parte circa, sformandola ancora morbida. Lasciatela raffreddare, poi tagliatela in dadini e unitela alla farcia.

■ Aprite lo spinacino a tasca, riempitelo con la farcia e chiudetelo con uno stecco.

■ Disponete lo spinacino in una pirofila unta di olio e infornate a 180 °C. Dopo 20' bagnate con 2 mestoli di brodo vegetale e proseguite nella cottura per 50'. Sfornate, lasciate riposare per 5' coperto con un foglio di alluminio, poi servite a fette con il fondo di cottura.

Vino *rosso secco, vinoso, leggero di corpo*
Bardolino, Friuli-Latisana Franconia, Biferno rosso
Acqua *lievemente frizzante, oligominerale, di gusto delicato, fine e poco pungente*

COMPOSIZIONE DI CONIGLIO

PER ESPERTI ●●●

Tempo: circa 2 ore e 30' più la marinatura

Ingredienti per 8: *• 1 coniglio kg 1,6 • 2 patate g 500 • fave sgranate e sbucciate g 60 • ricotta g 60 • 1 uovo • pangrattato • farina • vino bianco • vino rosso • timo • maggiorana • alloro • aglio • rosmarino • burro • zucchero • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Disossate del tutto il coniglio. Eliminate la testa, separate il tronco dalle cosce e dalle zampe anteriori. Ricavate i due filetti, la pancia e la polpa delle cosce.

■ Fate un caramello con 3 cucchiai di zucchero e uno di acqua. Poi raccoglietelo con g 450 di vino rosso, un rametto di timo, uno di maggiorana, una foglia di alloro, uno spicchio di aglio in una casseruola e riportate sul fuoco per 10'. Spegnete e versate sulla polpa delle cosce, tagliata a tocchi. Fate marinare per 1 ora.

■ Lessate la pancia con un rametto di rosmarino e g 75 di vino bianco per 30', sgocciolatela, tagliatela in listerelle, passatela nella farina, nell'uovo battuto e nel pangrattato e friggetela in g 20 di olio e g 25 di burro fino a completa doratura. Scolate e spolverizzate di sale.

■ Aprite ciascuno dei due filetti con un doppio taglio come spiegato nella ricetta filmata di pesci. Battete le fette ottenute; distribuite su una la ricotta frullata con le fave, g 10 di olio, sale e pepe, coprite con la seconda fetta, avvolgete nella carta da forno (rotolo) e infornate in una pirofila unta di olio con la polpa delle cosce, scolata dalla marinata, a 250 °C per 35'.

■ Pelate le patate, lessatele per 15', grattugiatele a filetti, dividetele in 8 porzioni e cuocetele in una padella (ø cm 12) unta di olio per 2' per lato, poi salatele (rösti).

■ In uno stesso piatto disponete qualche listerella di fritto, 2-3 bocconcini di coscia su un rösti e una fetta del rotolo. Accompagnate a piacere con verdure.

Vino *rosso secco, vinoso, leggero di corpo*
Rossese di Dolceacqua, Lacrima di Morro d'Alba, Molise Tintilia
Acqua *lievemente frizzante, mineralizzata, di gusto pieno, fresco e sapido*

ALETTE DI POLLO E CARCIOFO FRITTO SU SALSA DI FINOCCHIO

FACILE ●

Tempo: circa 50' più la marinatura

Ingredienti per 4: *• finocchio g 450 • 10 alette di pollo • 1 carciofo • yogurt • farina • timo • salvia • prezzemolo • limone • olio extravergine di oliva • sale*

■ Strinate le ali di pollo e dividetele nei punti di giuntura, eliminando la parte terminale.

■ Marinate le mezze alette con 2 cucchiai di yogurt, 1 cucchiaio di timo, salvia e prezzemolo tritati, g 10 di olio per 2 ore. Infornatele poi in una pirofila con la marinata, g 10 di olio e una presa di sale, a 180 °C per 30'.

■ Mondate il finocchio, cuocetelo a vapore per 12-15', poi frullatelo con un ciuffo di prezzemolo tritato, un pizzico di sale, il succo di mezzo limone e g 30 di olio.

■ Sfogliate completamente il carciofo, eliminando le foglie (brattee) più coriacee; infarinate e friggete le altre foglie in abbondante olio bollente per 1'.

■ Servite 5 mezze alette e 8 foglie di carciofo a testa su un letto di crema di finocchio.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Soave superiore, Ansonica Costa dell'Argentario, Vesuvio bianco
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

Piatti lavorati Richard Ginori, piatto rettangolare e piatti con il bordo liscio Emile Henry, posate Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Indirizzi nell'ultima pagina.

spinacino di vitello farcito di agnello e frittata

composizione di coniglio

alette di pollo e carciofo fritto su salsa di finocchio

SOVRACOSCIA DI TACCHINO E CHAMPIGNON

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 45'

Ingredienti per 6: *• sovracoscia di tacchino kg 1 • brodo vegetale g 800 • carota g 200 • cipolla g 120 • 3 tuorli • 2 gambi di sedano • 1 amaretto • 1 grosso fungo champignon • noce moscata • burro • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Disossate la sovracoscia, apritela a libro e battetela così da ottenere una grossa fetta. Spolverizzatela con noce moscata, una macinata di pepe e l'amaretto grattugiato. Arrotolatela e legatela a mo' di arrosto.

■ Rosolate il rotolo in padella in g 25 di burro per 3-4'.

■ Riducete carota, cipolla e sedano in dadolata, raccoglietela in una casseruola con g 30 di olio e rosolatela per 2-3' sulla fiamma viva; unite il rotolo e, dopo 2-3', salate, bagnate con il brodo, riducete la fiamma al minimo, coperchiate e cuocete per 1 ora e 15'.

■ Togliete il rotolo e unite nel fondo di cottura, riportato sul fuoco, i tuorli battuti con g 40 di acqua e g 6 di prezzemolo tritato. Mescolate e dopo 1' spegnete (sugo).

■ Servite il rotolo a fette sul sugo e completate con fettine sottilissime di champignon.

Vino *rosato secco, fragrante, di buona acidità*
Alto Adige Lagrein rosato, Rosato di Carmignano, Lamezia rosato
Acqua *frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e citrino*

SFORMATINI DI VITELLO

FACILE ●

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• patate g 650 • 12 fettine di fesa di vitello g 500 • 12 fette di scimudin g 200 (oppure un altro formaggio non troppo stagionato) • 1 scalogno • 1 spicchio di aglio con la buccia • prezzemolo • burro • olio extravergine di oliva • sale*

■ Pelate e affettate le patate, lasciatele sotto l'acqua corrente per 20' per eliminare parte dell'amido. Poi raccoglietele in una casseruola dove avrete rosolato, in g 30 di olio, lo scalogno a fettine, l'aglio e g 6 di prezzemolo tritato. Unite g 300 di acqua, sale e cuocete per 18-20'.

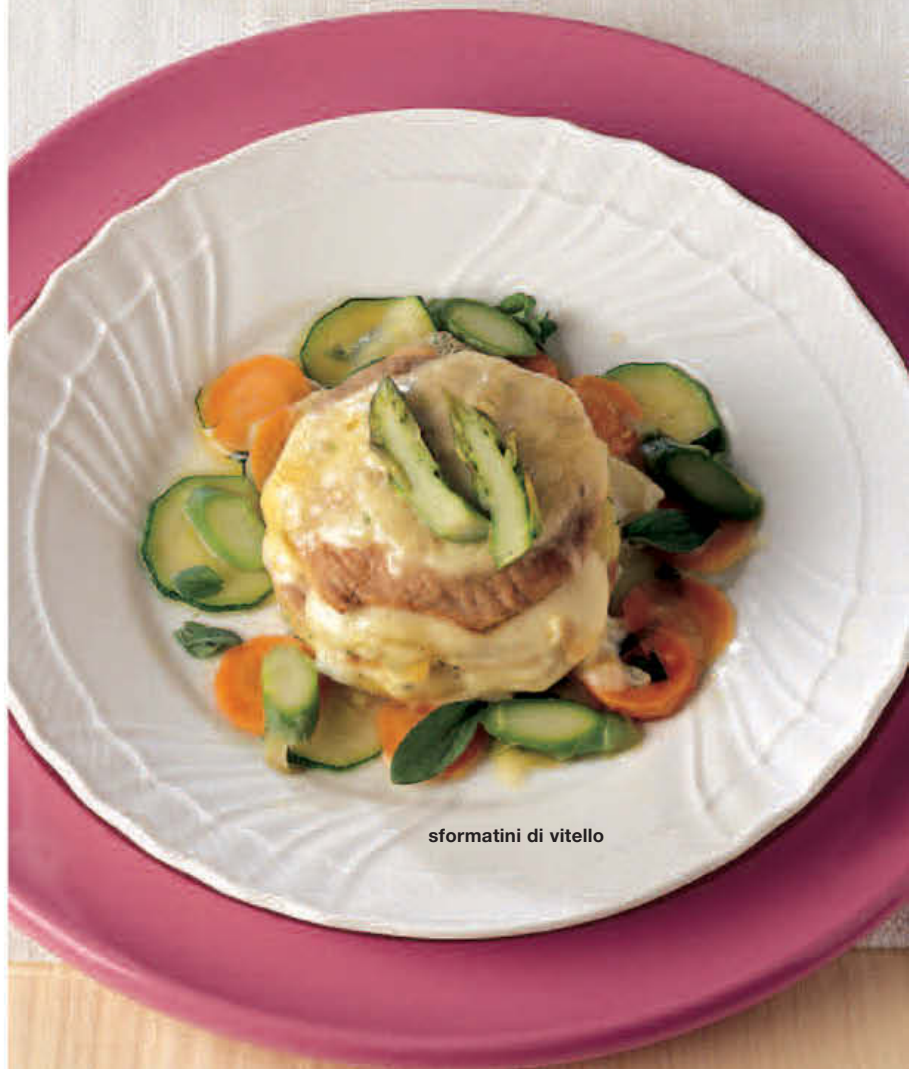
■ Rosolate le fettine di vitello in padella in g 30 di burro per un paio di minuti per lato.

■ Foderate uno stampino (ø cm 9) di pellicola e riempitelo alternando le patate con 3 fettine di vitello e 3 di scimudin mettendone una sul fondo. Sformate su una placca foderata di carta da forno, eliminando la pellicola. Preparate così altri 3 sformatini e infornateli a 200 °C per 8'. Sfornateli, trasferiteli nei piatti e serviteli a piacere con verdure di stagione stufate e foglioline di maggiorana.

Vino *rosso secco, vinoso, leggero di corpo*
Garda Barbera, Val di Cornia Ciliegiolo, Contessa Entellina Pinot nero
Acqua *frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e citrino*

sovracoscia di tacchino e champignon

sformatini di vitello

Molte altre ricette di secondi su www.lacucinaitaliana.it

FILETTO DI VITELLO RIPIENO DI CARCIOFI

MEDIA ●●

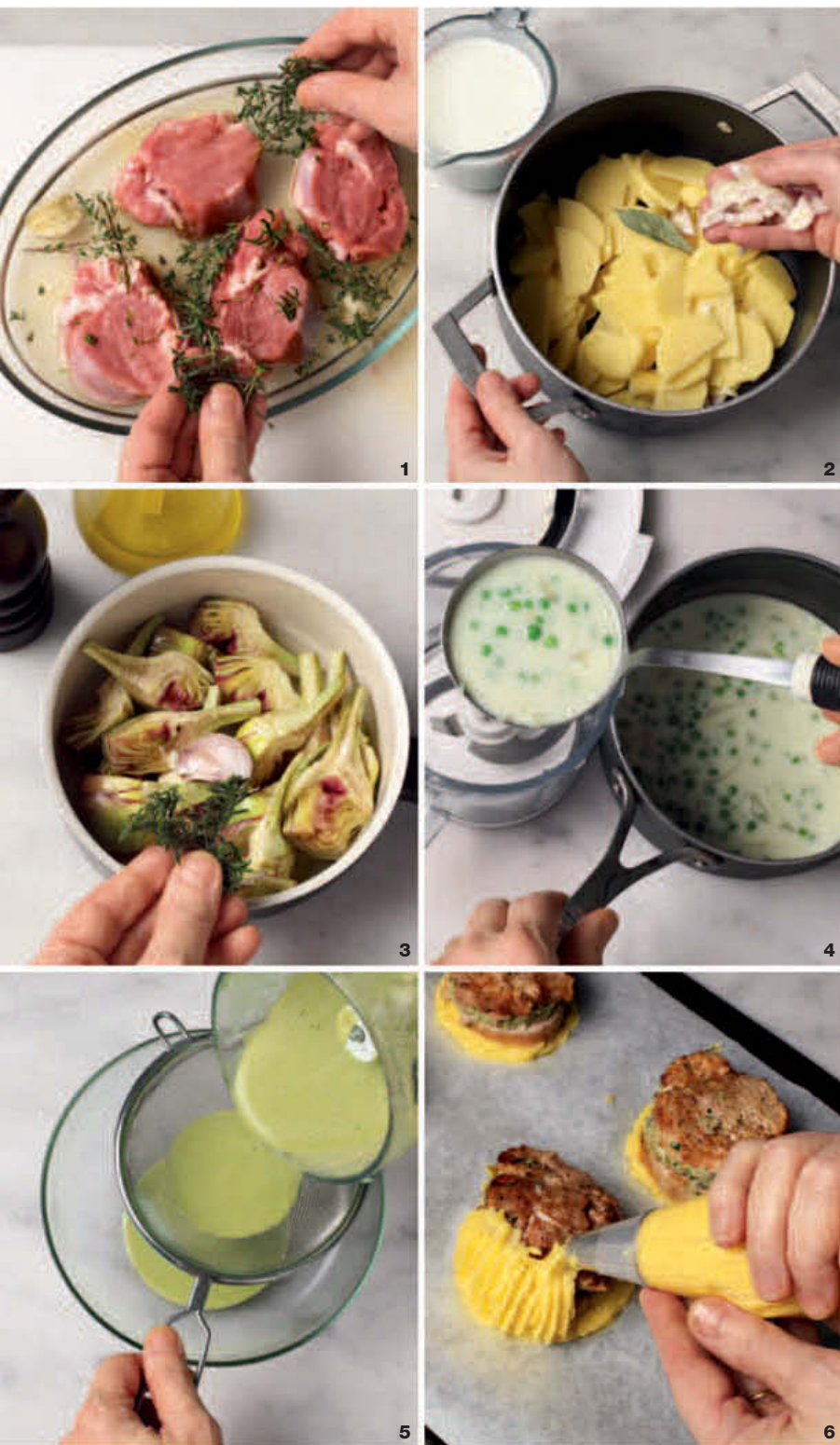
1

2

3

4

5

6

Tempo: circa 1 ora e 20' più la marinatura

Ingredienti per 4: *• patate kg 1 • filetto di vitello g 650 • latte g 500 • brodo vegetale g 250 • piselli freschi sgranati g 150 • panna fresca g 50 • 3 tuorli • 3 carciofi mondati • 2 scalogni • alloro • timo • aglio • santoreggia • prezzemolo • vino bianco secco • burro • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ **1** Dividete il filetto in quattro fette spesse circa cm 4 e mettetele a marinare in una pirofila con 2 bicchieri di vino bianco, timo, santoreggia e uno spicchio di aglio diviso a metà. Sigillate con la pellicola e fate marinare per 4 ore rigirando ogni tanto le fette.

■ **2** Sbucciate le patate, affettatele e raccoglietele in una casseruola con il latte, g 700 di acqua, uno scalogno a fettine, una foglia di alloro e una presa di sale. Cuocete per 20', scolate le patate eliminando l'alloro e schiacciatele con lo schiacciapatate. Unite 3 tuorli e aggiustate di sale, se serve (purè).

■ **3** Dividete i carciofi in 4 spicchi e raccoglieteli in una casseruola con g 150 di vino, uno spicchio di aglio con la buccia, un ciuffo di santoreggia, una macinata di pepe e g 10 di olio. Coperchiate e lasciate cuocere al minimo per 20'. Poi scolate i carciofi, fateli raffreddare e tritateli finemente con il coltello. Salateli, se serve, e unite un cucchiaio di prezzemolo tritato.

■ **4** Affettate uno scalogno e soffriggetelo per 1' in una noce generosa di burro spumeggiante, poi unite i piselli, dopo 3' brodo e panna; spegnete dopo 7-8'.

■ **5** Frullate in crema, filtrate attraverso il colino, aggiustate di sale e tenete in caldo (salsa di piselli).

■ **6** Scolate le fette di filetto dalla marinata, pepatele e rosolatele in padella con una noce di burro spumeggiante per meno di 1' per lato. Disponetele in una pirofila, ungetele leggermente di olio e infornatele a 200 °C per 12'. Sfornatele, lasciatele intiepidire, poi tagliatele a metà orizzontalmente e farcitele con i carciofi. Su un foglio di carta da forno, disposto su una placca e pennellato di burro, formate 4 dischi (ø cm 10) con il purè raccolto in una tasca da pasticciere con la bocchetta seghettata. Accomodate sopra i filetti farciti e ricopriteli sui lati con il purè. Infornate a 220 °C per 10', sfornate e servite i filetti con la salsa di piselli.

Vino *rosso secco, vinoso, leggero di corpo*
Dolcetto di Dogliani, Morellino di Scansano, San Severo rosso
Acqua *frizzante, oligominerale, di gusto delicato e gradevolmente pungente*

Piatti lavorati e salsiera Richard Ginori, altri piatti Emile Henry, posate Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Casseruola a due manici e casseruola con rivestimento interno in ceramica Moneta. Indirizzi nell'ultima pagina.

PICCOLE MIMOSE ALLA RICOTTA

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 45' più il raffreddamento

Ingredienti per 12: *• zucchero g 380 • ricotta g 350 • farina g 300 più un po' • panna fresca g 150 • maraschino g 30 • 6 uova • 3 tuorli • burro • acqua di fiori d'arancio • sale*

■ Montate le uova e i tuorli con g 300 di zucchero e un pizzico di sale per circa 20', quindi incorporate la farina. Versate tutto in uno stampo a cerniera imburrato e infarinato (ø cm 27, h cm 6) e infornate a 180 °C per 25-30'. Fate raffreddare il pan di Spagna ottenuto.

■ Lavorate la ricotta con g 80 di zucchero e 3 cucchiaini di acqua di fiori d'arancio, poi unite la panna, montata.

■ Private il pan di Spagna della crosta e sezionatelo in 4 dischi. Ritagliatevi 12 dischi da cm 10 e 12 da cm 5.

■ Con i dischi più grandi foderate 12 stampi a mezza sfera (ø cm 7), livellando ai bordi; riempiteli quasi completamente con la ricotta e "chiudeteli" con i dischi più piccoli. Spennellateli con il maraschino diluito in g 30 di acqua e mettete in frigorifero per 2 ore (mimose).

■ Capovolgete gli stampi e guarnite le mimose con il resto della ricotta e il pan di Spagna rimasto, tritato.

Vino *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe*
Oltrepò Pavese Moscato, Colli Piacentini Malvasia dolce
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

CAMPANELLE DI CIOCCOLATO CON SORPRESA

PER ESPERTI ●●●

Tempo: circa 1 ora e 10' più il raffreddamento

Ingredienti per 6: *• cioccolato fondente g 500 • panna fresca g 200 • latte di mandorla g 60 • fragole g 50 • zucchero g 50 • gelatina in fogli g 10 • 6 tegole (biscotti valdostani) • 1 tuorlo • fecola di patate • maraschino • liquore all'amaretto • pasta di mandorla*

■ Fondete il cioccolato a bagnomaria fino a 45 °C; versatene 2/3 su un piano di marmo e spatolatelo fino a portarlo a 25 °C; riunitelo all'altro fino a che tutto il cioccolato raggiunge 32 °C (temperaggio).

■ Versatelo in 6 calici a campana, in modo da rivestirne la superficie interna. Quando comincia a raffreddarsi, rifilate i bordi, poi lasciate raffreddare a testa in giù per almeno 2 ore, quindi sformate le campanelle.

■ Ammollate g 5 di gelatina; frullate le fragole con g 25 di zucchero; sciogliete la gelatina in un pentolino con 1 cucchiaio di maraschino e unitela alle fragole.

■ Montate la panna. Unitene metà alle fragole; con la mousse ottenuta riempite per metà 6 stampini troncoconici (ø cm 5, h cm 5) e metteteli in frigo.

■ Ammollate la gelatina rimasta; scaldate il latte di mandorla, mescolatelo con il tuorlo, già battuto con g 25 di zucchero e un pizzico di fecola; riportate sul fuoco e cuocete per 1'; spegnete, scioglietevi la gelatina, unite g 10 di liquore all'amaretto e fate raffreddare (crema).

■ Amalgamate la panna montata rimasta alla crema e colmate con questa gli stampini. Lasciateli in frigo per almeno 2 ore (bavaresi).

■ Sformate le bavaresi, poggiatele sulle tegole e copritele con le campanelle, decorandole con un fiorellino di pasta di mandorla attaccato con cioccolato fuso e una pallina incollata con albume battuto.

Vino *passito con aromi di frutta matura*
Moscato di Scanzo passito, Aleatico di Gradoli
Acqua *frizzante, oligominerale, di gusto delicato e gradevolmente pungente*

SFORMATINI DI RISO DOLCE CON GANACHE

FACILE ●

Tempo: circa 1 ora e 10' più il raffreddamento

Ingredienti per 10: *• latte g 300 • zucchero g 230 • riso Originario g 200 • panna fresca g 200 • fragole g 200 • cioccolato fondente g 100 • rum g 15 • 5 tuorli • 1 baccello di vaniglia • sale*

■ Lessate il riso in 1 litro di acqua con un pizzico di sale per 12'; scolatelo, rimettetelo in pentola con il latte, g 100 di panna, g 80 di zucchero, la vaniglia, tagliata a metà per il lungo; cuocete per 10' dal bollore. Togliete la vaniglia, unite i tuorli, mescolate velocemente, spegnete e fate raffreddare. Poi rivestite di pellicola 10 stampi (ø cm 7, h cm 5) e riempiteli per metà con il riso.

■ Scaldate la panna rimasta con il rum e versatela sul cioccolato sminuzzato; mescolate finché non si fonde poi fate raffreddare a temperatura ambiente (ganache).

■ Frustate la ganache fino a ottenere una crema. Mettetene una noce in ogni stampo, in una nicchia scavata nel riso. Fate raffreddare per 5' in frigo, in modo che la crema diventi abbastanza consistente per reggere un altro strato di riso. Chiudete gli stampi con il riso e livellate gli sformatini.

■ Fateli raffreddare in frigo per almeno 2 ore. Capovolgeteli e serviteli con una salsa ottenuta frullando le fragole con lo zucchero rimasto.

Vino *dolce con aromi di frutta matura e fiori*
Trentino Moscato rosa, Vernaccia di Serrapetrona dolce
Acqua *frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e citrino*

Piatto e ciotole lavorati Richard Ginori, piatti e piattini con il bordo liscio e piatti rettangolari Emile Henry, posate Coltellerie Berti, tessuto tinta unita Rubelli, fondo di legno Alpi. Indirizzi nell'ultima pagina.

piccole mimose alla ricotta

campanelle di cioccolato con sorpresa

sformatini di riso dolce con ganache

tronchetto di Pasqua

DA SAPERE

Quando togliete dal bagnomaria il recipiente con il cioccolato fuso e vi apprestate a versarlo sul piano di marmo, fate molta attenzione a non far gocciolare acqua sul piano di lavoro. Infatti ne basta una sola goccia per fare "granire" il cioccolato e rovinare così l'intera operazione del temperaggio.

TRONCHETTO DI PASQUA

PER ESPERTI ●●●

Tempo: circa 1 ora e 30' più il raffreddamento

Ingredienti per 12: *• latte g 500 • cioccolato al latte g 250 • zucchero semolato g 225 più un po' • panna fresca g 200 • farina g 115 più un po' • Grand Marnier g 25 • 5 tuorli • 2 uova • 1 baccello di vaniglia • zucchero a velo • burro • sale*

■ Fondete il cioccolato a bagnomaria fino a 40-45 °C. Stendetene 2/3 su un piano di marmo e spatolatelo finché raggiunge circa 24 °C, poi rimettetelo nel cioccolato caldo e mescolate fino a riportare il tutto a circa 29 °C (temperaggio).

■ Stendete il cioccolato su 2 fogli di acetato e, quando comincia a rapprendersi, incidete tutta la superficie con la punta di un coltello, in modo da tracciare una griglia irregolare. Fate raffreddare per almeno 1 ora.

■ Scaldate il latte con la vaniglia aperta per il lungo; battete i tuorli con g 150 di zucchero, un pizzico di sale e g 40 di farina; versatevi sopra il latte caldo (dopo aver tolto la vaniglia), riportate sul fuoco e cuocete mescolando per 5-6'. Versate la crema pasticciera ottenuta in una ciotola, copritene la superficie di zucchero e lasciatela raffreddare.

■ Montate 2 uova con g 75 di zucchero e un pizzico di sale per circa 20'. Unite g 75 di farina e versate il composto in una teglia rettangolare imburrata, coperta con carta da forno imburrata e infarinata. Infornate per 7-8' a 180 °C. Sfornate, rovesciate la pasta biscotto su un foglio di carta da forno spolverizzato di zucchero a velo e fatela raffreddare sotto la sua teglia.

■ Infine liberate dalla teglia la pasta biscotto; spennellatela con il Grand Marnier diluito in g 25 di acqua e spalmatevi la crema pasticciera (dopo averla ben mescolata), tenendone da parte circa g 200.

■ Arrotolate il biscotto su se stesso, dal lato corto, aiutandovi con la carta da forno sulla quale è appoggiato. Chiudetelo e lasciatelo riposare in frigo per 2 ore.

■ Montate la panna e unitela alla crema tenuta da parte (chantilly). Tagliate il rotolo per poterlo comporre a tronchetto, posatelo sul piatto da portata e rivestitelo con la chantilly, usando una tasca da pasticciere.

■ Spezzettate il cioccolato rappreso sui fogli di acetato e coprite con questa "corteccia" il tronchetto.

■ Guarnite a piacere con fiorellini di marzapane o di zucchero o petali di fiori brinati.

Vino *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe*
Colli Euganei Fior d'Arancio, Pantelleria bianco frizzante
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

DIPLOMATICA FARCITA CON PERE E TORTA DI CIOCCOLATO

PER ESPERTI ●●●

Tempo: circa 1 ora e 40'

Ingredienti per 8: *• 2 pere g 600 • pasta sfoglia g 500 • panna fresca montata g 300 • cioccolato fondente g 150 • burro g 80 più un po' • zucchero semolato g 80 più un po' • farina g 15 più un po' • 2 uova • zucchero a velo • sale • ovetti di cioccolato*

■ Fondete a bagnomaria il cioccolato tritato con 2 tuorli, g 40 di zucchero semolato e il burro. Fate raffreddare. Montate a neve gli albumi con un pizzico di sale, incorporatevi g 40 di zucchero semolato. Uniteli al cioccolato, aggiungete la farina e versate in uno stampo (cm 25x10) imburrato e foderato con carta da forno imburrata e infarinata. Infornate a 165 °C per 20' (torta).

■ Stendete la sfoglia in 2 rettangoli spessi mm 2; bucherellateli, spennellateli di acqua, spolverizzateli di zucchero; infornateli a 220 °C per 5', abbassate a 185 °C e cuoceteli per altri 15'. Fateli raffreddare.

■ Scalottate, sbucciate e detorsolate le pere, tagliatele a metà, poi a fettine sottili. Sistematele su una placca coperta di carta da forno, spolverizzatele di zucchero e infornate a 200 °C per 20'. Fatele raffreddare.

■ Rifilate i rettangoli di sfoglia sulla misura della torta. Mettete una sfoglia con il lato liscio posato sul piatto, spalmatela di panna, disponetevi metà delle pere e la torta, con il lato liscio per alto. Continuate con le altre pere, la panna e l'altra sfoglia, con il lato liscio per alto.

■ Spalmate la panna sui bordi del dolce e attaccatevi i ritagli di sfoglia sbriciolati. Spolverizzate di zucchero a velo e decorate con ovetti di cioccolato a piacere.

Vino *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe Brachetto d'Acqui, Malvasia di Castelnuovo Don Bosco dolce*
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

MINI PASTIERINE

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora più il riposo

Ingredienti per 12: *• farina g 250 • grano cotto g 250 • ricotta g 250 • zucchero g 180 • burro g 150 più un po' • 5 tuorli • 1 cucchiaio di acqua di fiori d'arancio • scorza grattugiata di limone e di arancia • sale*

■ Lavorate la farina con il burro, g 100 di zucchero e un pizzico di sale, unite 2 tuorli, impastate poi fate riposare la frolla ottenuta per 30' in frigo con la pellicola.

■ Amalgamate al grano cotto la ricotta, 3 tuorli, g 80 di zucchero, un cucchiaino di scorza di limone e arancia, l'acqua di fiori d'arancio e un pizzico di sale (farcia).

■ Stendete la frolla a mm 2 e foderate 12 stampi ovali (cm 9,5x6) imburrati rifilando i bordi; riempiteli con la farcia, poggiate al centro un fiorellino di frolla. Infornate a 180 °C per 25'. Decorate a piacere.

Vino *dolce con aromi di frutta matura e fiori Recioto di Soave, Greco di Bianco*
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

Molte altre ricette di dolci su www.lacucinaitaliana.it

diplomatica farcita con pere e torta di cioccolato

mini pastierine

1821
MARASCHINO
L'originale.

Scopri uno dei liquori italiani più antichi, creato da Luxardo nel ***1821*** *con le ciliegie marasche delle proprie piantagioni. Una ricetta esclusiva, tramandata di generazione in generazione, dà vita a un distillato dal profumo intenso, armonioso e deciso da gustare liscio, esaltante con la frutta e perfetto nei cocktail più famosi. Maraschino Luxardo: scegli l'originale.*

www.luxardo.it

LUXARDO®

Luxardo promuove il bere responsabile

Gli abbinamenti di **Giuseppe Vaccarini**

Il rosé col salmone

Un pesce ricco e saporito esige lo spumante, fresco, fragrante di piccoli frutti rossi. Che troviamo anche nel bouquet del vino ligure per il coniglio e del Brachetto per la torta

Effervescenti nozze in rosa

■ **Oltrepò Pavese Pinot nero rosé metodo classico "Testarossa" 2005 La Versa**
Color rosa tenue, ricco di bollicine fini e persistenti. All'olfatto schiude raffinati sentori di lamponi, amarene e fragoline di bosco e sottili aromi di ciclamini e di lieviti. Al primo impatto in bocca il gusto è dominato dalla presenza dell'anidride carbonica, che sprigiona una stuzzicante freschezza, supportata da una morbidezza che dà un gradevole equilibrio. La lunga persistenza termina su fragranti note di frutta. Da bere appena messo in commercio.

■ **"Arrosto" di salmone farcito di sogliola a pag. 62** Pesce, panna, patate e fave danno un'intensa e persistente percezione dolce: indispensabile allora l'acidità del "Testarossa", rafforzata dall'anidride carbonica, per bilanciarla e nel contempo per rinfrescare la grassezza del salmone e della panna. Sorprendente infine la simbiosi dei profumi dello spumante con le delicate note aromatiche e la persistenza del piatto.

Fruttato e morbido: così è il rosso con un aromatico coniglio

■ **Rossese di Dolceacqua superiore "Serro de' Becchi" 2008 Ramoino** Ha un colore rubino smagliante con riflessi di viola e un bouquet intenso dai nitidi richiami di felce, ciliegia matura, confettura di fragola e rosa appassita, con note finali di pepe nero e accenni balsamici. In bocca è morbido e vellutato con tannini levigati e ha una persistenza piuttosto lunga e piacevole.

■ **Composizione di coniglio a pag. 68** Piatto di armoniosa complessità, in cui domina la percezione di dolcezza. Ben la contrastano la sapidità e la tannicità del Rossese, che insieme alla giusta alcolicità "puliscono" la piacevole grassezza e la succosità del coniglio. Seduce la concordanza cibo/vino nell'intensità e nella ricchezza aromatica, che chiudono in bocca con persistenze di pari durata.

Torta e Brachetto, il fascino di un dolce equilibrio

■ **Piemonte Brachetto 2010 Piero Gatti** Dal colore cerasuolo tendente al rubino chiaro, cristallino e dalla simpatica effervescenza che crea una persistente e finissima spuma. Al naso è piacevolmente aromatico, con note di rosa e fragola e sfumature di confettura di ciliegia. Lodevole in bocca l'equilibrio tra dolcezza e freschezza, che lo rende di buona beva, con un finale pulito e una persistenza di media durata.

■ **Diplomatica farcita a pag. 79** Per bilanciarne la dolcezza, d'obbligo l'acidità del Brachetto, che, rafforzata dall'effervescenza, è efficacissima anche nel "nettare" il palato dalla grassezza della panna e del burro. Sapori ricchi e intensi (c'è anche il cioccolato!) vogliono poi un vino dal corpo equilibrato e ricco di profumi, che sappiano fondersi con il composito ventaglio aromatico di questo dolce "stratificato".

pentolame AMILA

Le paste fresche **casalinghe**

Orecchiette, cavatelli e capunti

Scendendo verso il caldo delle Puglie, il grano tenero cede il campo al grano duro. Dagli impasti spariscono le uova e bastano acqua e farina per realizzare orecchiette, cavatelli e capunti. Paste rustiche e tenaci, che nascono direttamente dalla sapienza delle dita **di Walter Pedrazzi**

Che cosa serve

Ingredienti: *• farina di grano duro • semola di grano duro • sale*
Attrezzi: *• spianatoia di legno (in alternativa ampio piano di lavoro di marmo o laminato per lavorare la pasta e tagliere di legno per modellare i vari formati) • raschietto • ciotola di vetro • coltello da tavola con punta arrotondata • essiccatore*

Viste da vicino

FARINA E SEMOLA DI GRANO DURO Si ricavano da un tipo di frumento molto ricco di glutine, un complesso proteico presente in quasi tutti i cereali che, mescolato con l'acqua, sviluppa una "maglia" elastica. Negli impasti con farine di grano duro questa "maglia" è particolarmente tenace e conferisce resistenza sia in lavorazione sia in cottura (senza bisogno del rinforzo delle uova, indispensabile invece nelle paste di grano tenero, che di glutine ne hanno molto meno). Si possono usare sia la farina di grano duro (foto 1) sia la semola di grano duro rimacinata (foto 2). La farina, più o meno fine e più o meno gialla secondo la marca e la qualità del grano, ha una consistenza impalpabile e polverosa. La semola rimacinata è invece più gialla e ha una consistenza "sabbiosa", simile al semolino, ma molto più fine; se ne ricava un impasto più facile da lavorare, più elastico e più setoso.

L'impasto *(dosi per 6)*

Versate sulla spianatoia g 500 di farina di grano duro oppure, in alternativa, g 500 di semola rimacinata di grano duro, formando una montagnola a circa cm 50 dal bordo esterno: in questo modo potrete lavorare comodamente senza spargere la farina.

■ **1-2** Aiutandovi con un raschietto, portate la farina dalle falde verso la sommità della montagnola per darle una forma regolare.

■ **3** Tenendo le dita unite, affondate nella farina con delicati movimenti rotatori. Procedete ruotando la mano per aprire una "fontana" e allargatela a poco a poco.

■ **4-5** Quando la fontana sarà abbastanza larga, ampliatela ulteriormente muovendo le dita stese e unite della mano a semicerchio verso destra e verso sinistra. Al centro della fontana dovrà rimanere solo un sottile strato di farina.

■ **6** Sciogliete g 10 di sale in g 250 di acqua a 40 °C. Versatene un po' alla volta al centro della fontana; con le dita lievemente aperte prelevate via via la farina dal bordo e intridetela con l'acqua.

■ **7** Una volta versata tutta l'acqua nella fontana, continuate a mescolare finché non avrete intriso tutta la farina. Mentre procedete in questa operazione, arginate con l'altra mano il bordo della fontana per evitare che ne escano rivoli di acqua.

Lo chef dice che: *nella lavorazione di questa pasta anche la temperatura dell'acqua è importante. Deve essere tiepida, sui 40 °C, per favorire e accelerare la formazione della maglia glutinica e per ottenere con più facilità un impasto liscio e omogeneo.*

8 Cominciate a impastare, rompendo la fontana e inglobando la farina residua.

9 Secondo la capacità di assorbimento della farina, potrà essere necessario aggiungere ancora un goccio di acqua (noi ne abbiamo uniti ancora g 30).

10 Incorporate alla pasta l'acqua aggiunta, che servirà per amalgamare le grosse briciole ancora disgregate.

11 Continuate a impastare raccogliendo e tirando la pasta con molta energia: all'inizio il composto deve sembrarvi tenace e resistente e bisognerà fare un po' di fatica nel lavorarlo. Si "rilasserà" a poco a poco, diventando sempre più omogeneo e liscio.

12 Procedete a impastare arrotolando sempre la pasta stesa.

13-14 Dopo averla arrotolata, girate la pasta di 90°. Con la punta delle dita della mano sinistra tenetela ferma all'estremità e con la base del palmo destro tiratela schiacciandola e raccoglietela ripetutamente. Arrotolatela di nuovo, giratela di 90° e tiratela ancora. Lavoratela con molta energia per 5-6', finché non sarà liscia.

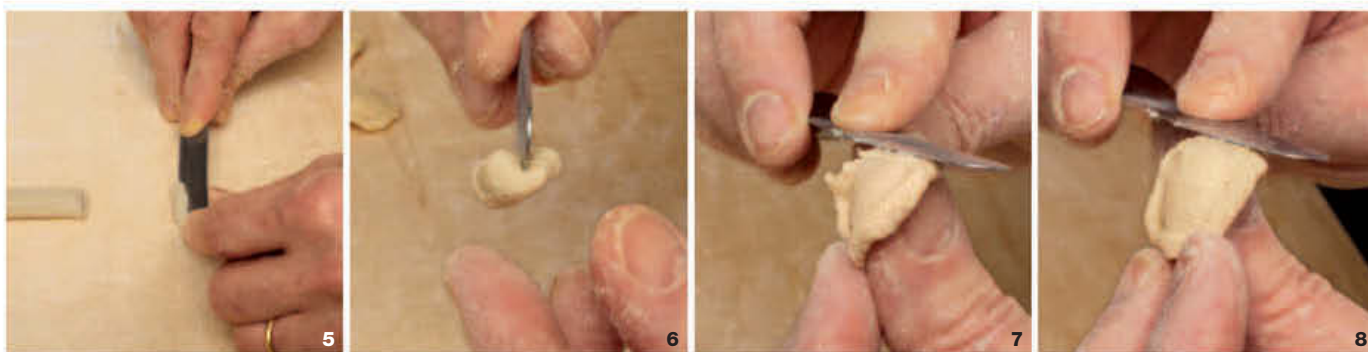
15 Ponete subito la pasta sotto una ciotola per evitare che si asciughi. Per la preparazione delle orecchiette e di altri formati simili non occorre il riposo (utile invece per fare perdere elasticità e rendere più malleabile la pasta quando si deve tirare in sfoglia).

Orecchiette fatte con il coltello

1 Staccate una piccola porzione di pasta alla volta, lasciando quella che resta al riparo sotto la ciotola.

2-3 Facendola rotolare sotto i palmi delle mani, modellate la pasta ottenendo un rotolino che abbia più o meno lo spessore di un dito. Più grosso sarà il rotolo, più grandi saranno le orecchiette.

4 Utilizzando un coltello da tavola con la punta arrotondata, tagliate, uno per volta, dei pezzetti di pasta lunghi circa cm 1. Senza staccare il coltello, schiacciateli con la lama allargandoli in un dischetto. Esercitate una pressione un po' più leggera alle estremità e più forte nel mezzo. Durante tutta l'operazione, bloccate il pezzetto di pasta con il pollice della mano libera.

Il piano di legno *Nel modellare queste paste è indispensabile lavorare su una superficie di legno: ruvida e porosa, trattiene la pasta senza farla scivolare e, soprattutto, le conferisce quella caratteristica rugosità, grazie alla quale orecchiette, cavatelli e capunti cattureranno il sugo alla perfezione.*

5-6 Una volta schiacciato il pezzetto di pasta, sollevate l'orecchietta che rimarrà attaccata alla lama del coltello. Con il coltello avvicinatela al pollice.

7-8 Posatela sulla punta del pollice e rovesciatela, sempre senza staccare il coltello, in modo che la parte interna dell'orecchietta, quella direttamente schiacciata dalla lama, risulti all'esterno.

I vantaggi del coltello *La lavorazione delle orecchiette richiede un po' di addestramento, per capire soprattutto qual è la giusta pressione per schiacciare la pasta. All'inizio, di solito, è eccessiva e l'orecchietta risulta troppo sottile e informe. Con il coltello è un po' più difficile misurare questa pressione, ma una volta imparata, il lavoro si fa più velocemente, poiché i pezzetti di pasta si tagliano e si modellano in un unico gesto, saltando un passaggio. Inoltre con il coltello si riescono a ottenere orecchiette più sottili e, volendo, più grandi di quelle che si possono fare a mano.*

Orecchiette fatte a mano

1 Dopo aver modellato un rotolino di pasta, tagliatelo in pezzetti lunghi cm 1-1,5.

2 Schiacciate i pezzetti di pasta, uno alla volta, con il pollice, strascinandoli sulla spianatoia.

3 Prendete l'orecchietta tra il pollice e l'indice.

4 Rovesciatela portando verso l'esterno la parte interna, quella sulla quale si era appoggiato il pollice.

Lo chef dice che: *dopo aver preso la mano, il consiglio è di lavorare il più velocemente possibile, per evitare che i pezzetti di pasta si asciughino e perdano elasticità, divenendo perciò molto difficili, se non quasi impossibili, da modellare.*

Cavatelli

Modellate la pasta in un rotolino di cm 1 di diametro circa, o più sottile, e tagliatelo poi in pezzettini lunghi cm 1.

1 Posate al centro di un pezzetto il fianco del pollice.

2 Schiacciate la pasta strascinandola sulla spianatoia: comincerà ad arricciarsi sul pollice.

3 Lasciate la presa quando la pasta sarà ben "cavata" e avvolta per metà su se stessa.

4 Con un po' di abilità e dopo qualche tempo di esercizio, i cavatelli si riescono a fare anche con due mani contemporaneamente: si dimezzeranno i tempi di lavorazione!

Non solo a mano *Come le orecchiette, anche i cavatelli si possono fare con un coltello da tavola. La pressione da esercitare e il momento di staccare la presa andranno però regolati diversamente, in funzione di questo tipo di forma. Per fare orecchiette e cavatelli in Puglia si usa un particolare coltellino senza manico.*

Capunti

1 Modellate la pasta in rotolini di circa cm 1 di diametro e divideteli in cilindretti lunghi cm 4-6, cioè quanto tre-quattro dita allineate.

2 Appoggiate sul cilindretto di pasta le punte unite di indice, medio, anulare e, se si riesce, anche del mignolo.

3 Premete la pasta strascinandola e "cavandola", in modo che si avvolga su se stessa.

4 Lasciate cadere il capunto, che riporterà all'interno le impronte delle dita.

Un nome per ogni lunghezza *Anche se fatti con la stessa pasta e con gesti simili, i capunti, noti anche come "maccaroni" o "cantaroggini", non si devono confondere con gli "strascenate": per questi si utilizza un cilindretto di impasto lungo cm 10-12, che si strascina con la punta di otto dita, facendolo completamente arrotolare su se stesso.*

Asciugare (e conservare)

1 Una volta pronti, allargate orecchiette, cavatelli e capunti sulla spianatoia spolverizzata con un velo di semola e lasciateli asciugare per un giorno a temperatura ambiente. Una volta asciutti, chiudeteli in contenitori ermetici o in sacchetti e metteteli in frigorifero: si conserveranno per 2 giorni.

2 In alternativa, se avete un essiccatore, disponete la pasta sulle varie griglie senza ammonticchiarla. Azionate l'apparecchio e lasciate seccare per 4-6 ore, secondo lo spessore della pasta e la potenza dell'essiccatore. La pasta seccata così si conserva al fresco, chiusa in contenitori ermetici, per una decina di giorni.

La cottura

1 Tuffate le orecchiette, i cavatelli o i capunti appena fatti oppure già asciugati in abbondante acqua bollente salata.

2 Dalla ripresa del bollore cuoceteli per 4-5', secondo lo spessore della pasta. Le paste asciugate dovranno cuocere un po' più a lungo, secondo il grado di asciugatura. (Nel caso delle orecchiette secche, i tempi di cottura andranno quasi raddoppiati). Scolate la pasta e servitela immediatamente con il sugo preferito.

Come si condiscono

Porose e spesse, queste paste amano sughi rustici, di consistenza e gusto corposi. Ecco i più popolari condimenti pugliesi per orecchiette e cavatelli (ma ottimi anche per i capunti):

- **Cime di rapa condite con olio extravergine di oliva e acciuga.**
- **Rucola soffritta con pomodorini in olio, aglio e peperoncino.**
- **"Brasciole": involtini di cavallo o manzo cotti con pomodoro e aromi.**
- **Pomodori pelati saltati in padella e ricotta dura.**
- **Salsa di pomodoro e ricotta "forte" (di latte misto, burrosa e piccante).**
- **Patate lessate, pomodoro fresco e pecorino.**
- **Cozze saltate in olio e aglio con fagioli cannellini e pomodorini.**

Altre notizie e video su www.lacucinaitaliana.it/online.html

Testi M.V.Dalla Cia, foto B.Prada.

Piatto Pandora Design e tagliere Gefu. Indirizzi nell'ultima pagina.

Non perdete il prossimo numero: impasti speciali e colorati

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

Chiamalo semplicemente “Chef”. È il tuo nuovo ed eccezionale aiuto in cucina. Un sistema completo per preparare tutte le tue ricette. Cooking Chef di Kenwood è una novità rivoluzionaria. È l’evoluzione dell’unico e inimitabile Kenwood Chef sempre pronto ad impastare, sminuzzare, grattugiare... e ora anche a cuocere!

Cooking Chef prepara e cucina per te!

Fricassea di pollo alla romana con peperoni e acciughe (Lazio)

Ingredienti per 4 persone

- 1 pollo pulito e pronto per la cottura
- 2 peperoni gialli
- 2 peperoni rossi
- un grappolo di pomodori di Pachino
- 1 cipolla
- 1 spicchio d’aglio
- 1 foglia d’alloro
- un ciuffetto di prezzemolo
- 100 g di farina
- 100 ml di vino bianco secco
- 3 filetti di acciuga
- un mestolo di brodo di carne
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe

Numero verde 800 20 23 23

www.kenwoodclub.it

KENWOOD
CREATE MORE

Tagliare il pollo in pezzi regolari lungo le giunture delle articolazioni e assicurarsi che non ci siano residui del piumaggio. Rimuovere il coperchio superiore e montare il **food processor con la sua lama**; aggiugervi lo spicchio di aglio, il prezzemolo e i filetti di acciuga. Tritare tutto finemente e tenere da parte (trito aromatico).

Rimuovere la lama a coltello, inserire il disco per affettare fino, e affettare la cipolla. Riposizionare il coperchio superiore e montare il **gancio con la spatola a spirale**.

Nel **recipiente in acciaio inox** versare 4 cucchiai di olio extravergine di oliva e impostare la temperatura a 120° con fase di mescolamento 1. Soffriggere per 1 minuto il trito aromatico e la cipolla, unire i pezzi di pollo precedentemente infarinati e rosolare. Quando il pollo sarà colorito, sfumare con il vino bianco, salare a piacere e insaporire con l'alloro.

Nel frattempo tagliare i pomodori in pezzi regolari; mondare le falde di peperoni e tagliarle in losanghe. Quando il vino sarà evaporato aggiungere al pollo i pomodori e i peperoni; impostare la temperatura su 140°C, fase di mescolamento 3 e selezionare il timer con il conto alla rovescia su 15 minuti.

Procedere con la cottura inserendo il **coperchio paraspruzzi** e, se necessario, bagnare con un mestolo di brodo. Una volta cotto lasciar riposare 5 minuti e servire il pollo ben caldo accompagnato dai peperoni.

non perderti
le prossime ricette

Colazione blu provenzale

Ciotole e teiere, tovaglioli e canovacci, vassoi e piattini. Con pennellate oltremare, sfumature lavanda, toni azzurro cielo. E il bianco contrappunto di zuccheriere, burriere, lattiere e alzatine. Per preparare un'accogliente tavola del buongiorno **Styling Cristina Nava, foto Beatrice Prada**

Da sinistra. Piatto fondo e ciotole (Isi Milano, € 23 e € 45,50 la coppia). Cucchiaino (Villeroy & Boch, € 8,50). Sotto alla ciotola, piattino "Crema" (Tescoma, € 5,90) e sotto alla zuccheriera "Gustito" (Tescoma, € 7,90) piattino "Modern Grace" (Villeroy & Boch, € 9,50). Mug "Diva" in vetro trasparente (Bormioli Rocco, € 4,70), bottiglia per latte (RE, da € 10) e vasetto per miele (Villeroy & Boch, € 19,90). Asciugamani in stile alberghiero rétro (L'Hub, € 25) e tovagliolo in lino (Centrotavola, € 18). Tavolo Otis, ø m 1 (De Padova, € 1230) e sedia vintage. Numeri vintage "8" e "20" (Raw, da € 15).

Da sinistra. Ciotoline (Raw, € 12 cad.) e spremiagrumi (Tescoma, € 12,90). Bicchiere personalizzato da noi con cartoncino (Bormioli Rocco, € 2,50), cucchiaino "Rundes" e piattino "Programma 8" (Alessi, € 6,50 e da € 11). Sul vassoio (J&V Store, € 54), block notes optical (Raw, € 12), ciotola (Tescoma, € 2,90) e ciotoline (Kathai, € 3,50 cad.), burriera "Gustito" (Tescoma, € 12,90) con finto burro in sapone di Marsiglia (Raw, € 5), forchetta (Alessi, € 11) e tovagliolo (Centrotavola, € 18). Cartoccio origami a pois (J&V Store, € 16 la coppia). Piastrelle in cotto (Madeamano, € 144/mq).

Sul vassoio vintage color cielo, piatto da frutta “Tema Blu” (Iittala, € 14) con scatola di biscottini (Vestri, € 14,50) e barattolo bianco in ceramica “Home Elements” (Villeroy & Boch, € 9,90). Teiera azzurra e tazza con piattino rubate a servizi d’altri tempi (Rossana Orlandi, € 88 e € 37). Spiritoso vassoietto con scritta “Single” e grossa lettera “R” in legno (da Raw, € 60 e € 160). Piastrelle della serie “Iris”, cm 20x20 (Ceramiche Bardelli, des. Marcel Wanders, € 81/mq).

Da sinistra. Porta toast (Sambonet, € 41,50), vassoio (Asa Selection, € 15) e cupola in vetro (Secondome, € 80). Alzatina (Abitoqui, € 40), cucchiai in ceramica e portauovo (Asa Selection, € 19,50 la conf. da 4 e € 3,50). Tazze da tè e lattiera (Villeroy & Boch, € 17 cad. con piattino e € 29,50). Tovaglia in lino di Dominique Kieffer (Rubelli, € 110/m) e tovagliolo in cotone (L'Hub, € 15). Lampada "AJ" (MC Selvini, € 756). Parete dipinta con "Blue Ground" (Farrow & Ball). Lettere vintage "T" e "U" (Raw, da € 25).

Indirizzi nell'ultima pagina.

Desideri di chef/**progetti di designer**

I quattro elementi perfetti

Come devono essere il lavello, il piano cottura, l'illuminazione e la cappa per chi li usa sempre per cucinare? E per chi li progetta? Lo abbiamo chiesto a quattro grandi cuochi e ad altrettanti protagonisti del design **di Michele Weiss**

Gli chef fanno cucina, i designer fanno cucine. Gli chef creano in ambienti creati dai designer. Ma chi in cucina ci passa 365 giorni all'anno, gli chef, e chi si applica per renderla un luogo sempre più gradevole e pratico, i designer, che idee hanno di cappe e lavelli, luci e piani di cottura? Abbiamo chiesto a quattro famosi rappresentanti di ciascuna categoria di raccontarci quello che fra questi quattro elementi preferiscono e abbiamo innescato un interessante confronto tra forme e funzioni, idee semplici e materiali sofisticati, scelte mirate all'estetica o puntate sulla tecnologia.

Il lavello: senza angoli interni e multifunzionale

Davide Oldani, chef del "D'O" di Cornaredo (Mi) "Lo vedo di marmo o di acciaio: tondo o quadrato non conta, ma deve avere gli angoli interni smussati per favorire lo scorrimento dell'acqua e dei resti di cibo, altezza 75-80 cm dal suolo, per non abbassarsi troppo. Se fossi un designer penserei a lavelli con getti diversi per tutte le esigenze: quello per la verdura in foglia, delicato, e quello per il pesce, più diretto".

Piero Lissoni, designer "Il lavello è ormai sofisticato, uno spazio elastico. Deve poter essere coperto con taglieri, griglie e va interconnesso con lo spazio-fuochi. In una mia cucina recente c'è un'enorme vasca con "appoggiate" le funzioni fuochi o piastre. I materiali sono sempre più speciali, come il corian (idrossido di alluminio e resina acrilica). Ma resiste bene la pietra, molto sensuale".

Il piano cottura: senza fiamme e supersemplice

Andrea Berton, chef del "Trussardi alla Scala" di Milano "Sono anni che uso i fuochi a induzione: migliorano la cottura, ottimizzano i tempi di lavorazione e distribuiscono il calore in modo più uniforme. All'inizio ero diffidente: ho voluto studiare bene il tutto finché mi sono convinto. È stata una svolta, perché la fiamma non permette una cottura così perfetta. È stato come passare dal cambio manuale a quello automatico… non tornerei mai indietro".

Marc Newson, designer "Per realizzare un piano cottura prima penso ai materiali e alla tecnologia, poi al processo. Il mio approccio consiste nel rendere i prodotti più lineari e semplici da usare: per esempio, nel mio ultimo progetto ho posizionato i controlli in maniera speculare ai fuochi, in modo che l'utilizzo sia istintivo, senza bisogno di mappe".

Le luci: calde e chiuse in un cassettone

Pino Cuttaia, chef del ristorante "La Madia" di Licata (Ag) "Con un'illuminazione naturale gli elementi che si cucinano risultano più leggibili. Se la luce è fredda cala come una patina grigia, i dettagli

R.BALANCOURT

CONTRASTO

R.LETTIERI

G.GASTEL

In alto da sinistra: lo chef Andrea Berton e Marc Newson, che ha progettato il piano di cottura Smeg; lo chef Mauro Uliassi e Ludovica + Roberto Palomba, autori della cappa "Giant" per Elmar. A destra: lo chef Davide Oldani e Piero Lissoni, designer del lavello della cucina "Aprile" di Boffi. Nella pagina accanto da sinistra: lo chef Pino Cuttaia e Carlo Colombo, che ha creato la cucina "Twelve" di Poliform con la struttura luminosa a cassettone.

svaniscono e il piatto non riesce bene. Serve una luce calda e per evitare zone d'ombra le luci vanno sistemate non troppo in alto".
Carlo Colombo, designer "In cucina l'illuminazione è cruciale per la zona di preparazione dei cibi e di cottura. Come progettista quando posso scelgo la fantasia: cerco di impreziosire la cucina con dettagli formali, come le luci inserite nei contenitori, nei cassettoni, sotto-pensili, e lungo le mensole della boiserie".

La cappa: grandissima o piccolissima

Mauro Uliassi, chef del ristorante "Uliassi" di Senigallia (An)
"La cappa è un elemento fondamentale perché gli odori della cucina rendono il lavoro impossibile, scatenando il caos olfattivo. Le cappe classiche, solo aspiranti, stanno scomparendo: il futuro sono quelle a soffitto con luci incorporate e multifunzione. Al ristorante ce ne vuole una potente e funzionale, in grado di risucchiare e di riciclare l'aria reimmettendola dall'esterno".
Ludovica + Roberto Palomba, designer "Se nei ristoranti la cappa è molto grande, in casa invece a volte è quasi invisibile, ma sta diventando sempre più un elemento distintivo di chi ha la passione per la cucina. Deve essere semplice, divertente e funzionale. Come una piccola 'esplosione' in un sistema grafico. Ci piace l'acciaio, freddo e tecnologico, unito al legno massello che dà calore".

Italia e Artusi di Arclinea
Ritorna la "Stufa"

C'era una grande stanza con un tavolone su cui le mamme impastavano e i bambini facevano i compiti. Adesso c'è un arcipelago di isole attrezzatissime. Cucine di ieri e di oggi che convivono perfettamente nei modelli "Italia" e "Artusi" di Arclinea, nomi che non passano inosservati in quest'anno di celebrazioni: 150 anni di Unità e 100 dalla morte del letterato gastronomo. Con il modernissimo design di Antonio Citterio, che cita ampiamente acciaio e legno, "Italia" ha grandi piani di lavoro e di cottura, contenitori capienti, lavelli differenziati per stoviglie e cibi. "Artusi" ha invece un'attrezzatissima isola di cottura suggestivamente chiamata "Stufa".

Il modello Arclinea "Artusi".

Alex, single: la prima volta che usa una pentola a pressione.

pronto in 16 minuti

pronto in 17 minuti

Finalmente ha accettato il mio invito a cena. All'attimo di felicità segue però un grande sconforto: al massimo so preparare un uovo fritto. «Puoi cucinare una cenetta romantica senza problemi, se usi la pentola a pressione» dice il mio amico Carlo. Facile per lui, è un asso in cucina. Non ho mai usato una pentola, figuriamoci se riuscirò ad usare quella a pressione. Ma non ho scampo, devo farcela. **Nella confezione della nuova pentola a pressione Acticook® Lagostina, trovo un ricettario** con piatti che sembrano adatti anche ad uno inesperto come me. In più, **posso impostare i tempi di cottura sul timer intelligente**, senza avere l'ansia di sbagliare.
E poi **aprire e chiudere il coperchio è facile** e le spiegazioni sono così precise che chiunque riuscirebbe ad usare la pentola.
Nella confezione c'è anche **un pratico dosatore**, l'**ecodose**, che indica la quantità di liquidi necessari per la cottura. Riesco a spostare la levetta del coperchio con una sola mano e soprattutto **un click mi segnala se l'ho chiuso bene**. E poi a seconda del cibo **posso scegliere la modalità di cottura** indicata nella ricetta: per le verdure e gli alimenti delicati la pressione ideale è 1, mentre per la carne, il pesce o alimenti surgelati devo selezionare la posizione 2.
Sembra che Lagostina abbia studiato tutto per le persone come me. E grazie agli esclusivi sistemi eco-tecnologici impiegherò **il 35% in meno per cuocere gli alimenti, risparmiando peraltro il 20% di energia**. Quando vedo i piatti pronti, mi sembra un sogno: utilizzando Acticook® sono riuscito a preparare una cena buonissima. Per non svelare il mio segreto al mio ospite, lavo la pentola e **con un semplice click piego i manici verso il basso**, così occupa meno spazio nel cassettone. Spero di utilizzarla presto per la prossima cena.

LA PENTOLA A PRESSIONE COMPIE 50 ANNI

50° ANNIVERSARIO PENTOLA A PRESSIONE Lagostina

SCOPRI COME ACQUISTARE ACTICOOK® CON UNO SCONTO SPECIALE DI 20 €

VISITA IL SITO **WWW.LAGOSTINA.IT** PER SCOPRIRE I PUNTI VENDITA PIÙ VICINI A TE CHE ADERISCONO ALL'INIZIATIVA

PROMOZIONE VALIDA DAL 1 MARZO AL 30 GIUGNO 2011

Pasqua le sorprese del territorio

I piccoli casatielli ricordano le ciambelle della Campania, la crostata è una variazione sul tema della pastiera, fave e pecorino ci portano in Lazio, l'agnello in Sardegna... Lo chef ha ricreato in otto piatti i sapori regionali. Per fare festa tra novità e buone tradizioni

mini casatielli ricchi

carciofi marinati con fave e pecorino

timballini alla siciliana

agnello al mirto con ragù di coratella

sfogliatine agli asparagi

filetti di triglia con piselli e “mimosa”

crostata con crema di semolino e pasta di mandorle

zabaione freddo al cioccolato

MINI CASATIELLI RICCHI

Tempo: circa 1 ora più la lievitazione

Ingredienti per 6: *• farina speciale per pizza g 350 • latte g 80 • salame g 60 • caciocavallo g 60 • lievito di birra g 10 • 18 uova di quaglia sode • 3 uova di gallina • zucchero • olio extravergine di oliva • sale*

■ Impastate la farina con 2 uova di gallina, il lievito sbriciolato, il latte, un pizzico di zucchero e uno di sale e g 40 di olio. Coprite la pasta con un telo umido e lasciatela lievitare per 2-3 ore.

■ Stendetela poi in un rettangolo di cm 45x30, cospargetela con il salame e il caciocavallo a dadini e chiudetela in tre ottenendo un rettangolo di cm 15x30. Tagliatelo, parallelamente al lato corto, in 6 rettangolini.

■ Stendete i rettangoli di pasta, distribuite su ciascuno 3 uova di quaglia sgusciate e arrotolateli.

■ Accomodate i filoncini in 6 stampini a ciambella (ø cm 10) unti di olio, spennellateli con l'uovo battuto e lasciateli lievitare per 1 ora.

■ Infornateli poi a 160 °C per 20-25'. Serviteli freddi.

CARCIOFI MARINATI CON FAVE E PECORINO

Tempo: circa 15' più la marinatura

Ingredienti per 6: *• fave sgranate e pelate g 170 • pecorino romano grattugiato g 25 • 3 carciofi mondati • 1 limone • scalogno • lattuga • prezzemolo • mentuccia • olio extravergine di oliva • sale*

■ Affettate molto finemente i carciofi, conditeli con il succo di quasi tutto il limone e sale, unite 2 rondelle di scalogno e lasciateli marinare per 2-3 ore.

■ Al termine della marinatura mescolate le fave ai carciofi, leggermente strizzati, e condite tutto con il pecorino, frullato con 5 foglie di mentuccia, un ciuffetto di prezzemolo, g 30 di acqua, g 60 di olio e poche gocce di limone (pesto).

■ Distribuite l'insalata su foglie di lattuga, aggiungendo ancora qualche cucchiaino di pesto.

TIMBALLINI ALLA SICILIANA

Tempo: circa 1 ora e 45'

Ingredienti per 6: *• pelati g 400 • tortiglioni g 300 • polpa di vitello macinata g 100 • cipolla tritata g 60 • 4 uova • pancarré • formaggio ragusano • grana grattugiato • sedano • farina • latte • prezzemolo • timo • burro • olio extravergine • sale • pepe*

■ Lessate i tortiglioni per 5', scolateli, conditeli con un filo di olio e allargateli su un vassoio a raffreddare.

■ Amalgamate la polpa di vitello con mezza fetta di pancarré ammollato nel latte, due prese di grana, sale e pepe. Fatene 12 polpettine, infarinatele e rosolatele vivacemente in g 30 di olio per 1'. Tenetele da parte.

■ Soffriggete in casseruola in 4 cucchiai di olio la cipolla con un pezzetto di sedano e 2-3 rametti di timo. Dopo mezzo minuto unite i pelati, g 400 di acqua, le polpette e cuocete tutto per 35' (polpette al sugo).

■ Imburrate riccamente 6 stampi troncoconici (ø cm 8, h cm 5,5). Foderate il bordo con i tortiglioni molto ben serrati (ce ne stanno 15), sul fondo ponete un disco di pancarré, uno strato di tortiglioni a rondelle mescolati al ragusano a filetti, 2 polpettine, ancora pasta a rondelle con ragusano, poi distribuitevi le uova battute con sale, pepe e prezzemolo tritato. Mettete gli stampini in una rostiera a bagnomaria, copriteli e infornateli a 180 °C per 20-25'. Sformateli e serviteli sul sugo.

AGNELLO AL MIRTO CON RAGÙ DI CORATELLA

Tempo: circa 1 ora e 20' più la marinatura

Ingredienti per 4: *• 2 spallette di agnello g 900 • coratella (interiora) di agnello g 200 • fave sgranate e pelate g 80 • 2 cipolle • mirto • sedano • carota • prezzemolo • mentuccia • vino bianco secco • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Tagliate ogni spalletta di agnello in 4-5 pezzi, salateli e pepateli. Coprite il fondo di una pirofila con 1 cipolla affettata; fate un letto con tanti rametti di mirto e sistematevi sopra l'agnello, con la pelle rivolta verso il basso; copritelo completamente di mirto e conditelo con un filo di olio. Coprite la pirofila con un foglio di alluminio e infornate a 180 °C per 1 ora e 10' (alla fine la carne dovrà misurare al cuore almeno 70 °C).

■ Raccogliete la coratella in una ciotola, copritela a filo con il vino e lasciatela marinare per 1 ora. Alla fine scolatela e tritatela in piccoli pezzettini.

■ Soffriggete dolcemente in padella in g 20 di olio 3 cucchiai di carota, cipolla e sedano tritati, poi rosolatevi la coratella per 3', quindi bagnate con g 200 di vino; dopo 10' unite le fave, cuocete per 5' e completate con prezzemolo e mentuccia tritati.

■ Servite l'agnello con questo ragù.

SFOGLIATINE AGLI ASPARAGI

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 6: *• pasta sfoglia g 900 • 12 asparagi verdi g 600 • caprino vaccino g 120 • caprino di capra g 120 • latte g 100 • 2 tuorli • 2 scalogni • prezzemolo • maggiorana • grana • olio extravergine • sale • pepe*

■ Stendete la pasta sfoglia a mm 3 e con essa foderate 6 stampi da tartelletta (ø cm 12, h cm 2,5). All'interno mettete uno stampino più piccolo con un peso e infornate a 200 °C per 20' circa. Sfornate ed eliminate i pesi e gli stampini interni (sfogliatine).

■ Mondate gli asparagi; tagliate le punte in 36 fettine e i fusti a rondelle. Unite in una casseruolina i fusti, gli scalogni a rondelle, il latte, g 160 di acqua, g 40 di olio, sale e cuocete coperto per 10'. Poi scoperchiate, fate quasi asciugare il fondo, quindi mescolatevi i tuorli, g 40 di grana grattugiato, prezzemolo tritato e pepe (composto). Lessate le punte di asparago per 2' in padella in un velo di acqua, poi raffreddatele in acqua fredda.

■ Riempite le sfogliatine con il composto e completate ciascuna con 6 fettine di asparago intrecciate. Spolverizzate di grana e infornate a 190 °C per 10'.

■ Lavorate insieme i caprini condendoli con sale, pepe e g 20 di olio, scaldato con foglioline di maggiorana. Completate le sfogliatine con una quenelle di questa crema.

FILETTI DI TRIGLIA CON PISELLI E "MIMOSA"

Tempo: circa 30'

Ingredienti per 4: *• filetti di triglia g 600 • piselli freschi sgranati g 160 • 1 scalogno • 1 uovo sodo • brodo vegetale • burro • prezzemolo • timo • sale*

■ Fondete in padella una grossa noce di burro e cuocetevi i filetti di triglia, prima per 30 secondi sul lato della polpa, poi per 1' e mezzo sul lato della pelle. Toglieteli dalla padella e nella stessa unite i piselli, già sbollentati per 5-6', lo scalogno tritato con prezzemolo e un po' di timo, 1 mestolo di brodo e cuocete per 6-7'.

■ Riunite il pesce in padella, aggiustate di sale e cuocete per 1-2' ancora, secondo la grandezza dei filetti.

■ Serviteli con l'uovo sodo sminuzzato ("mimosa").

CROSTATA CON CREMA DI SEMOLINO E PASTA DI MANDORLE

Tempo: circa 1 ora e 30' più il riposo e il raffreddamento

Ingredienti per 12: *• latte g 500 • farina 00 g 250 • panna fresca g 200 • farina di mandorle g 200 • zucchero a velo g 200 • burro g 175 • zucchero semolato g 170 • semolino g 85 • 2 uova • 2 tuorli • 1 baccello di vaniglia • cannella in polvere • scorza di limone e di arancia • acqua di fiori d'arancio • maraschino • sale*

■ Portate a bollore il latte con g 70 di zucchero semolato, g 25 di burro, la vaniglia aperta a metà per il lungo, un pizzico di cannella e uno di sale, una scorza di limone e una di arancia. Sciolto il burro, eliminate vaniglia e scorze, unite la panna, il semolino e g 50 di farina di mandorle mescolando con la frusta; alla ripresa del bollore, fuori del fuoco, incorporate 1 uovo e 1 tuorlo, quindi stendete la crema di semolino su un vassoio e lasciatela raffreddare.

■ Intridete la farina 00 con g 150 di burro, unite poi g 100 di zucchero semolato, 2 tuorli e sale (pasta frolla). Dopo un riposo di 30', stendete la frolla a mm 3-4 e con essa foderate una tortiera bassa dal bordo ondulato (ø cm 23, h cm 3), rifilando la pasta debordante.

■ Riempite la tortiera con la crema di semolino livellando bene la superficie. Infornate a 175 °C; dopo 25' abbassate a 160 °C e cuocete per altri 25'. Sfornate la crostata, fatela raffreddare, poi sformatela.

■ Mescolate g 150 di farina di mandorle con lo zucchero a velo, 1 albume, 1 cucchiaino di acqua di fiori d'arancio e 1 di maraschino. Raccogliete la pasta ottenuta in una tasca da pasticciere munita di bocchetta piatta seghettata e decorate la crostata, fredda, con una griglia e un bordo. Infornatela per pochi istanti sotto il grill per farla dorare. Sfornate la crostata e servitela fredda, accompagnata a piacere con panna acida.

ZABAIONE FREDDO AL CIOCCOLATO

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 8: *• panna fresca montata g 300 • cioccolato fondente g 120 • zucchero semolato g 100 • zucchero a velo g 80 • albume g 60 • vino bianco secco g 50 • Marsala g 50 • rum g 50 • liquore all'amaretto g 20 • 5 tuorli • fragole • latte • sale*

■ Montate a bagnomaria i tuorli con lo zucchero semolato, i vini, il rum e il liquore. Fuori del fuoco mescolatevi il cioccolato a pezzettini facendolo fondere; raffreddate lo zabaione in un bagnomaria freddo, poi incorporatelo delicatamente alla panna montata.

■ Montate a neve l'albume con lo zucchero a velo e un pizzico di sale. Calatelo a quenelle in un misto di acqua e latte al 50% a lieve bollore; fate rassodare le quenelle cuocendole per 30 secondi per parte, scolatele e posatele su carta da cucina (meringhe).

■ Servite lo zabaione in coppette con le meringhe, completate con fettine di fragola e decorate a piacere con fili di caramello biondo.

Altre notizie e video su www.lacucinaitaliana.it/online.html

Ricette Walter Pedrazzi, testi Maria Vittoria Dalla Cia, foto Riccardo Lettieri. *Piatti colorati e tazzina Bitossi Home, piatti bianchi Comtesse, tovaglia e tovaglioli tinta unita Tessilarte, tessuti stampati Thibaut. Indirizzi nell'ultima pagina.*

Ricette di **Davide Oldani**

Il ferro, un jolly della salute

È indispensabile persino per respirare, perché trasporta l'ossigeno dai polmoni ai tessuti del corpo. Carne e pesce sono gli alimenti più ricchi di questo prezioso minerale; anche alcune verdure e i legumi ne contengono in buona quantità, ma in forma più difficile da assimilare

Consigli dietetici di Giorgio Donegani

Nell'organismo di un adulto sano di ferro ce n'è davvero poco: 3-5 grammi al massimo. Eppure è assolutamente indispensabile per la nostra vita. Debolezza cronica, pallore, mal di testa sono tutti possibili sintomi di una sua carenza...

Molteplici ruoli Sono tanti i motivi per cui il ferro è un minerale prezioso per il benessere: è necessario per la fabbricazione dei globuli rossi e permette la respirazione, trasportando l'ossigeno dai polmoni a tutti i tessuti del corpo; gioca un ruolo importante nella produzione degli anticorpi e partecipa ai meccanismi di difesa dalle infezioni; è coinvolto nella trasmissione di impulsi nervosi; aiuta il nostro corpo a produrre la vitamina A.

Quanto ne serve? Il fabbisogno di ferro è maggiore nella donna a causa delle perdite mestruali: mentre per i maschi è mediamente di 10 mg/die (un po' di più, 12 mg, nel periodo dell'adolescenza), per le donne è in media sui 18 mg per gran parte della loro vita, e 10 mg con la menopausa. In gravidanza, invece, il bisogno di ferro raggiunge picchi molto elevati (30 mg/die), difficili da soddisfare solo con il cibo, senza l'ausilio di integratori.

Non è tutto uguale A prima vista non sembrerebbe complicato fare il pieno di ferro: i legumi secchi, la carne, gli spinaci, le uova, i carciofi, il pesce… sono tantissimi i prodotti ricchi di questo minerale. Purtroppo, però, il nostro organismo assorbe soltanto una piccola parte del ferro introdotto con i cibi, ed ecco allora che il discorso si fa più difficile. Tra l'altro, il ferro presente nei vari alimenti non è tutto uguale: nelle carni, nel pesce e in altri prodotti di origine animale si trova in una particolare forma chimica, chiamata ferro "eme", che viene ben assorbita (più o meno nella misura del 20%), mentre il ferro dei vegetali presenta una struttura diversa (ferro "non eme"), il cui assorbimento è decisamente più basso, in alcuni casi inferiore all'1%.

Gli alimenti super

Una dieta che punti a fare il pieno di ferro dovrebbe contemplare gli alimenti che lo contengono nella forma più assimilabile, quelli di origine animale:

- La mormora si conquista la palma di campionessa di ferro con addirittura 7,9 mg a porzione (g 140-150), ma anche il pagello ne è ricco (6,3 mg), così come la spigola, che ne contiene quasi la stessa quantità. Per chi preferisce i molluschi, le ostriche sono una vera e propria miniera di ferro, con quasi 6 mg per 100 g.
- La carne di cavallo vanta una giusta fama proprio per il suo contenuto di ferro: 150 g di carne ne danno 5,4 mg.
- Anche il vitello è un'ottima fonte di ferro facilmente assimilabile: una porzione da 150 g ne fornisce 3,5 mg.
- Infine, la bresaola con 2,4 mg di ferro per 100 g di prodotto.
- Tra i vegetali, il radicchio verde è ai primi posti con 7,8 mg di ferro per 100 g, mentre gli spinaci, celebrati come campioni, si fermano a 2,9 mg. Da segnalare le lenticchie.
- Muesli e fiocchi d'avena contribuiscono a elevare l'assunzione di ferro (ne danno entrambi più di 2 mg per una porzione di 40 g) e sono da citare albicocche e prugne secche, che concorrono a completare la quota di ferro quotidiana.

GLI AMICI DEL FERRO

Alcune sostanze migliorano la capacità di assimilare il ferro presente nelle verdure: prima tra tutte, la vitamina C, contenuta in frutta e verdura (che può moltiplicare fino a 7 volte l'assorbimento del ferro "non eme"). Poi, l'acido citrico dei limoni e la cisteina, presente in carne, pesce, latte e uovo.

QUANDO MANCA...

La maggior parte del ferro è presente nel sangue, legato all'emoglobina. Se il suo livello è troppo basso, si parla di anemia sideropenica; i sintomi con cui si manifesta sono diversi: pallore, mal di testa, debolezza, palpitazioni, vertigini, con disturbi nella regolazione della temperatura e minor resistenza alle infezioni.

A porzione
Kcal 102
Proteine 8 g
Grassi 4 g
Zuccheri 8 g

OSTRICHE CON INSALATA DI RADICI

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4:
• 12 ostriche
• yogurt g 125
• carota g 100
• barbabietola cruda g 100
• rapa g 100
• olio extravergine g 10 • erba cipollina
• sale • pepe

■ Tagliate le tre radici in fettine sottili e poi a listerelle molto strette (julienne), mettendole a bagno separatamente in acqua fredda.

■ Tagliate finemente alcuni fili di erba cipollina e mescolateli allo yogurt, insieme con un pizzico di sale e una generosa macinata di pepe.

■ Scolate le julienne di radici, asciugatele, mescolatele e conditele con l'olio e poco sale. Aprite le ostriche, sgusciatele e servitene tre per ogni piatto con l'insalata di radici completando con la salsa allo yogurt.

Il nutrizionista dice che: **le ostriche sono una buona fonte di sali minerali e di ferro in particolare, oltre che di proteine pregiate. La leggerezza di questa ricetta ne fa un eccellente antipasto, da completare poi con un piatto unico di riso e lenticchie (altre proteine animali sarebbero sconsigliate), senza dimenticare l'opportunità di un dolce leggero a base di frutta in chiusura del menu.**

PASTA ALLA CHITARRA CON RAGÙ DI CAVALLO

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 4:
• pasta alla chitarra g 320 • polpa tritata di cavallo g 200 • brodo di carne g 200 • vino rosso g 70 • scalogno g 40 • olio extravergine g 40 • concentrato di pomodoro • rosmarino • sale

■ Scaldate in padella metà dell'olio, rosolatevi la carne fino a che avrà preso colore, quindi unite lo scalogno tritato molto sottile. Fate insaporire brevemente e bagnate con il vino rosso lasciandolo sfumare.

■ Aggiungete al ragù un cucchiaino abbondante di concentrato, bagnate con il brodo bollente e lasciate cuocere a fuoco medio per 30'.

■ Tritate molto finemente gli aghi di un rametto di rosmarino e unitene metà al ragù ormai cotto. Le erbe unite a fine cottura mantengono intatto il loro profumo.

■ Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente, conditela con l'olio rimasto e servitela, ben calda, con il ragù e il rosmarino avanzato.

Il nutrizionista dice che: **il profilo di questa ricetta è inequivocabilmente quello di un piatto unico, giustamente sostanzioso e molto ben equilibrato, nel quale prevalgono gli zuccheri complessi (amido) abbinati a un'eccellente quota proteica e a un giusto apporto di grassi. Il cavallo è fonte privilegiata di ferro e per completare il pasto sarà sufficiente della verdura cruda (magari servita in apertura).**

A porzione
Kcal 475
Proteine 21 g
Grassi 16 g
Zuccheri 63 g

UMIDO DI MORMORA E SCORFANO

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4:
• mormore kg 1
• scorfano kg 1
• carote novelle pulite g 300
• 2 coste di sedano
• alloro
• prezzemolo
• cipolla • vino bianco • sale
• pepe in grani

■ Staccate le teste ai pesci e mettetele in pentola con un litro di acqua, mezzo litro di vino bianco, una foglia di alloro, una costa di sedano, mezza cipolla, un ciuffetto di prezzemolo e alcuni grani di pepe.

■ Portate a bollore e cuocete per 30' a fuoco medio, poi salate e filtrate il fumetto di pesce ottenuto.

■ Riportate a bollore il fumetto e cuocetevi per 7-8' le carote (calcolate il tempo secondo la grossezza delle carote), quindi unite i pesci tagliati in tranci di un paio di centimetri e proseguite la cottura per altri 5'. Spegnete e lasciate riposare ancora per 5'.

■ Affettate, molto sottile, la seconda costa di sedano e unitela al pesce, servito con le carote e un poco del brodo di cottura.

Il nutrizionista dice che: **poche calorie, moltissime proteine, un quantitativo davvero limitato di grassi e una quota molto importante di ferro: questo il profilo nutritivo di un secondo piatto di pesce che può trovare il suo abbinamento ideale (sotto il profilo del gusto e del valore nutritivo) in una preparazione di riso anche molto semplice, ed eventualmente servita come contorno. Per completare, una macedonia a fine pasto è senza dubbio consigliata.**

POLPETTINE CRUDE SU RADICCHIO VERDE

Tempo: circa 10'

Ingredienti per 4:
• polpa tritata di cavallo g 600
• radicchio g 200
• olio extravergine g 50 • pistacchi pelati g 20
• prezzemolo
• limone • sale
• pepe

■ Tritate grossolanamente i pistacchi e molto finemente un bel ciuffo di prezzemolo, mescolateli alla carne già condita con metà dell'olio.

■ Spremete il succo di mezzo limone ed emulsionatelo, con un pizzico di sale e uno di pepe, all'olio rimasto: con questa citronnette condite il radicchio.

■ Salate la carne solo alla fine, perché non rilasci il sangue, e formate 24 polpettine rotonde.

■ Distribuite nei piatti il radicchio, completatelo con 6 polpettine a persona e servite subito perché il limone non "cuocia" troppo sia il radicchio sia la carne.

Il nutrizionista dice che: **è anche in questo caso la carne di cavallo a garantire la maggior quantità di ferro, validamente sostenuta dal radicchio che nel condimento con limone trova un ausilio importante. Come si vede, l'apporto proteico è notevole, mentre è da incrementare decisamente la quantità dei carboidrati, prevedendo un piatto di pasta, e magari un dolce senza grassi (perfetta della frutta caramellata).**

INSALATA DI LENTICCHIE CON UOVA STRAPAZZATE E ASPARAGI

Tempo: circa 15'

Ingredienti per 4:
• lenticchie lessate g 500 • cipolla rossa g 40
• latte g 40
• olio extravergine g 40 • 12 asparagi
• 4 uova
• maggiorana fresca
• sale • pepe

■ Eliminate la parte più dura dei gambi degli asparagi e pelateli, poi tagliate le punte, che lesserete al dente in acqua bollente salata; i gambi avanzati potranno servire per un risotto o una minestra.

■ Tritate la cipolla, più o meno finemente a piacere, e mescolatela alle lenticchie; condite con metà dell'olio, un bel pizzicone di foglie di maggiorana e un pizzico di sale, se necessario.

■ Battete le uova con il latte, salatele, pepatele e cuocetele in una larga padella con il restante olio, scaldato in precedenza. Non appena cominceranno a rapprendersi, stracciatele con la forchetta e spegnete il fuoco: devono risultare ben cremose.

■ Disponete a cupoletta le lenticchie nei piatti, circondatele con l'uovo e completate con le punte di asparago tagliate a metà per il lungo.

Il nutrizionista dice che: **tanto le lenticchie quanto le uova danno ottime quantità di ferro senza eccedere con l'apporto calorico. In effetti, per un'insalata ricca come questa, meno di 300 kcal a porzione è un quantitativo più che accettabile: una scelta ideale per un pranzo veloce di mezzogiorno, con il solo accompagnamento di 2 fette di pane senza sale che portino al giusto livello la quota dei carboidrati.**

FRUTTA BIANCA ROSSA E VERDE

Tempo: circa 15' più il raffreddamento

Ingredienti per 4:
- *latte g 250*
- *fragole g 200*
- *zucchero g 40*
- *2 tuorli • 2 kiwi*
- *1 limone*
- *basilico fresco*
- *mezzo baccello di vaniglia*

■ Portate a bollore il latte con i semi della vaniglia e versatelo sui tuorli lavorati con lo zucchero. Riportate sul fuoco e, sempre mescolando, fate arrivare la crema inglese a 82 °C, ossia poco prima del bollore. Spegnete e lasciate raffreddare.

■ Sbucciate i kiwi e divideteli in 8 spicchietti ciascuno, tagliate le fragole a fettine e pelate a vivo gli spicchi del limone, staccate dal basilico le foglioline più piccole.

■ Versate sul fondo del piatto un velo di crema, disponetevi la frutta e le foglioline di basilico.

■ Se voleste dare alla crema il profumo del basilico, non utilizzate la vaniglia e mettete nella crema appena tolta dal fuoco 3-4 foglie di basilico, lasciandole in infusione fino a raffreddamento, poi eliminatele.

Il nutrizionista dice che: la caratteristica fondamentale di questo dessert a base di frutta è la sua ricchezza di vitamina C, legata al contenuto di fragole, kiwi e limone. Un mix che la rende perfetta in chiusura di un menu che comprenda vegetali ricchi di ferro, il cui assorbimento viene molto potenziato proprio dalla vitamina C. Peraltro, è da sottolineare che questo dolce, a fronte dell'alto contenuto vitaminico, fornisce poche calorie e un quantitativo davvero ridotto di grassi.

A porzione
Kcal 147
Proteine 5 g
Grassi 5 g
Zuccheri 21 g

Ricette realizzate da Davide Novati, foto Sonia Fedrizzi. *Piatti colorati Ceramiche Nicola Fasano, piatto e ciotole bianche Tescoma. Indirizzi nell'ultima pagina.*

EUROFLORA 2011 ABBRACCIA **UN PERIODO DI 11 GIORNI,**
INCLUDE **2 WEEKEND + DIVERSE FESTIVITÀ** E INIZIA DI GIOVEDI.

il fiore che unisce

Invito a riscoprire le ragioni profonde di una pacifica convivenza tra gli uomini che, nel convinto **rispetto per le diversità** dei popoli e delle culture, ne esalti soprattutto i valori che uniscono. Tra questi, il rispettoso stupore

per la bellezza della natura di cui fiori e piante, con i loro colori e profumi, sono simbolo. **Occasione di dialogo** nel Mediterraneo e, da qui, nel mondo intero.

qualità della vita e tutela dell'ambiente

Euroflora è un **messaggio di amicizia** e di rispetto per il pianeta che ci ospita e per l'umanità. Un messaggio che può facilmente raggiungere la mente e il cuore di migliaia di persone perché raccontato con il più efficace dei linguaggi, **il linguaggio dei fiori**.

un'esposizione spettacolare

Migliaia di piante rare e bellissime, ovunque fiori dai colori cangianti e profumi inusuali. Un percorso pieno di fascino che, con paesaggi inattesi, trasforma le aree interne e all'aperto del quartiere fieristico in **un immenso giardino**.

La decima edizione di Euroflora è attesa come **evento spettacolare** che aiuta a riflettere su molti dei temi sensibili del nostro tempo: biodiversità, rispetto dell'ambiente e capacità dell'uomo di mantenere un rapporto equilibrato con la natura nella vita di tutti i giorni. Un *fil rouge* narrativo che lega e colora gli **spazi espositivi**.

Fiera di Genova

» da **GIOVEDI 21** aprile
» a **DOMENICA 1** maggio

www.euroflora2011.it

PICNIC di primavera

Per una romantica passeggiata fuori porta o un elegante pranzo di Pasquetta, ecco sei ricette gustose e stuzzicanti, con gli ingredienti della primavera: uova, asparagi, pisellini e fragole annunciano il primo sole della bella stagione

focaccine ai pomodori secchi

arancini di riso agli asparagi con caprino

panini integrali con ricotta e zucchine grigliate

frittatine con polpette di vitello e pisellini novelli

cacciatorini di gianduia

tartellette con marmellata casalinga di fragole

FOCACCINE AI POMODORI SECCHI

Tempo: circa 50' più la lievitazione

Ingredienti per 4: *• farina 0 g 300 • pomodori secchi g 45 • lievito di birra g 10 • zucchero • maggiorana • olio extravergine di oliva • sale fino e grosso*

■ Amalgamate la farina con g 175 di acqua, il lievito sbriciolato, g 3 di zucchero, g 5 di sale fino e g 5 di olio. Quando avrete ottenuto un impasto omogeneo, ponetelo a lievitare in una ciotola, coperto, in un luogo tiepido, per 40'.

■ Lavorate di nuovo l'impasto, incorporandovi i pomodori secchi tritati al coltello e un rametto di maggiorana tagliuzzato. Lasciatelo lievitare ancora per 1 ora.

■ Spezzate l'impasto in 8 porzioni e rilavoratele a forma di palline. Disponetele su una teglia coperta con carta da forno. Schiacciatele con le dita, dopo averle unte con un cucchiaio di emulsione ottenuta frullando g 25 di olio con g 12 di acqua. Lasciate lievitare ancora le focaccine per circa 30'.

■ Schiacciate nuovamente le focaccine con le dita, salatele in superficie con un po' di sale grosso e infornatele a 220 °C per circa 25'.

ARANCINI DI RISO AGLI ASPARAGI CON CAPRINO

Tempo: circa 1 ora più il raffreddamento

Ingredienti per 4: *• asparagi g 175 • riso Vialone nano g 125 • formaggio caprino fresco g 80 • 1 uovo • cipolla • grana grattugiato • farina • pangrattato • burro • alloro • brodo vegetale • vino bianco secco • olio extravergine di oliva e per friggere • sale • pepe*

■ Mondate gli asparagi e scottateli in acqua bollente con un filo di olio extravergine e una foglia di alloro per circa 15'. Scolateli e tagliateli a rondelle.

■ Rosolate mezza cipolla tritata in un cucchiaio di olio extravergine, con una foglia di alloro. Unite il riso e tostatelo per 1'. Sfumate con un goccio di vino bianco e aggiungete metà degli asparagi insieme al primo mestolo di brodo. Portate il riso a cottura, unendo il brodo poco per volta, in circa 13'. Aggiustate di sale e pepe, mantecate con una piccola noce di burro e mezzo cucchiaio di grana, quindi unite gli altri asparagi e fate raffreddare.

■ Formate con il riso 12 palline: ricavate una nicchia in ognuna, che riempirete con una noce di caprino. Richiudete gli arancini rimodellandoli a palline. Passateli nella farina, poi nell'uovo battuto, lisciandoli bene in superficie, infine nel pangrattato.

■ Friggeteli in olio per friggere ben caldo, muovendoli sempre per ottenere una frittura uniforme, per 3-5' finché saranno ben dorati.

PANINI INTEGRALI CON RICOTTA E ZUCCHINE GRIGLIATE

Tempo: circa 50' più la lievitazione

Ingredienti per 4: *• 2 grosse zucchine g 150 cad. • farina 0 g 150 più un po' • ricotta g 150 • farina integrale g 100 • farina Manitoba g 50 • lievito di birra g 12 • 1 limone • zucchero • latte • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Stemperate il lievito in g 200 di acqua, poi amalgamatela con le farine miscelate tra loro e g 2 di zucchero. Impastate tutto, unendo poco dopo anche g 8 di sale. Quando l'impasto è omogeneo, modellatelo a pagnotta, incidetelo a croce in superficie e mettetelo a lievitare in una ciotola, coperto, in un luogo tiepido, per circa un'ora.

■ Spezzate poi l'impasto in quattro e lavorate le porzioni su un piano infarinato, modellandole in quattro pagnottelle. Ponetele su una teglia spolverizzata di farina. Schiacciatele con le dita bagnate in un po' di latte e mettetele a lievitare ancora per 30'.

■ Infine, spennellate le pagnotte con un po' di latte e infornate a 220 °C per circa 25'.

■ Tagliate le zucchine in fettine sottili, per il lungo, con la mandolina. Ungetele con un filo di olio e cuocetele sulla piastra per circa 2' a lato.

■ Lavorate la ricotta con la scorza grattugiata di mezzo limone, sale, pepe e qualche goccia di limone, fino a ottenere una crema.

■ Tagliate a metà i panini, freddi, spalmate le basi con la crema di ricotta; farciteli con le fettine di zucchina arrotolate, spalmate anche i "cappellini" dei panini con la ricotta e chiudeteli.

FRITTATINE CON POLPETTE DI VITELLO E PISELLINI NOVELLI

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• carne macinata di vitello g 175 • ricotta g 125 • latte g 100 • pisellini novelli g 50 • pane casareccio raffermo, senza crosta g 40 • 4 uova • grana grattugiato • farina • burro • timo • noce moscata • sale • pepe*

■ Unite alla carne macinata il pane ammollato in g 50 di latte, 3 rametti di timo sfogliati, mezzo uovo battuto, g 15 di grana grattugiato, una grattata di noce moscata, sale e pepe. Lavorate tutto con le mani, fino a ottenere un composto omogeneo.

■ Formate tante polpettine grandi come un'oliva, poggiandole su un vassoio infarinato. Cuocetele, poi, in una noce di burro, rosolandole per circa 5'.

■ Lavorate la ricotta con g 50 di latte, poi unite 3 uova, g 20 di grana grattugiato, sale, pepe e i pisellini, sbollentati per 2', ottenendo un composto liscio.

■ Imburrate e infarinate uno stampo multiplo per muffin da 8. Versate il composto di uova negli stampi, riempiendoli per circa 1/3. Distribuite, poi, le polpettine negli stampi, quindi versate altro composto: non colmateli perché le uova si gonfieranno in cottura.

■ Infornate a 150 °C per circa 15', con la funzione forno ventilato. Lasciate intiepidire le frittatine e sformatele.

Lo chef dice che: chi non avesse gli stampini per i muffin, o chi volesse una soluzione più veloce, può preparare una frittata unica, versando il composto in uno stampo grande, per poi tagliarla a pezzetti una volta raffreddata.

CACCIATORINI DI GIANDUIA

Tempo: circa 1 ora e 10' più il raffreddamento

Ingredienti per 12 pezzi: *• cioccolato gianduia g 240 • biscotti secchi g 150 • cioccolato fondente g 120 • burro g 60 • zucchero a velo • latte • rum*

■ In una ciotola abbastanza capiente, da contenere poi tutti gli altri ingredienti, lavorate il burro ammorbidito con g 30 di zucchero a velo, fino a ottenere una crema morbida.

■ Sciogliete a bagnomaria il cioccolato gianduia e quello fondente, tagliati a pezzetti. Lasciate intiepidire la crema ottenuta, poi versatela sul burro, mescolando.

■ Sbriciolate grossolanamente i biscotti, inumiditeli con un goccio di latte e profumateli spruzzandoli di rum.

■ Mescolate i biscotti con la crema di cioccolato e lasciate indurire il composto in frigorifero finché raggiungerà una consistenza che consenta di lavorare l'impasto (servirà circa un'ora).

■ Modellate quindi 12 cacciatorini, formando dei cilindri sopra rettangoli di carta da forno, che rimarrà avvolta intorno al salamino. Avvolgeteli ulteriormente in fogli di alluminio che dovrete chiudere a caramella, in modo da pressare bene l'impasto dei cacciatorini. Lasciateli quindi raffreddare in frigorifero per almeno 2 ore.

■ Liberate i cacciatorini dalle carte, quindi passateli nello zucchero a velo, poi "legateli" con lo spago da cucina, come dei salamini.

TARTELLETTE CON MARMELLATA CASALINGA DI FRAGOLE

Tempo: circa 40' più il riposo

Ingredienti per 4: *• fragole g 250 • zucchero g 150 • farina g 125 • burro g 75 più un po' • pectina g 10 • 1 tuorlo • limone • bicarbonato • sale*

■ Lavorate il burro con il tuorlo, un pizzico di sale e un po' di scorza di limone grattugiata, a piacere. Aggiungete poi la farina e un pizzico di bicarbonato e impastate fino a ottenere una frolla omogenea e morbida. Avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare in frigorifero per almeno un'ora.

■ Mondate e lavate le fragole, tagliatele a pezzetti e mettetele in pentola, a freddo, con la pectina e un pizzico di scorza di limone grattugiata. Portate a ebollizione, cuocete per 1', quindi aggiungete lo zucchero. Riportate a bollore e cuocete per altri 3', sempre a fuoco alto. Versate la marmellata ottenuta in una ciotola (o in un vasetto, in modo da poterla trasportare) e lasciatela raffreddare.

■ Stendete la pasta frolla a circa mm 5 di spessore; foderate con questa 4 stampi da tartelletta sbalzati (adatti a essere farciti dopo la sformatura) di cm 8-10 di diametro, dopo averli imburrati. Riempiteli a filo, in modo da creare una sorta di biscottone, da capovolgere. Infornate le tartellette a 190 °C per circa 12', sfornatele e sformatele.

■ Farcite le tartellette con la marmellata al momento del consumo, spalmandola nell'incavo.

Altre notizie su www.lacucinaitaliana.it/online.html

Ricette Sergio Barzetti, testi Laura Forti, foto Beatrice Prada. *Piatti in melammina lavorati, sottopiatti in rattan, vassoio bianco di plastica, vassoio di legno, calici di plastica, burriera e posata con il manico di legno Nella Longari; tovagliette americane a quadretti e tinta unita e tovagliolo verde, posate con il manico di plastica Bitossi Home; tovagliolo bianco Quagliotti; runner De Padova. Indirizzi nell'ultima pagina.*

È facile, è brillante, è Pril

Far brillare le tue stoviglie è facile, con Pril 10. In ogni pastiglia di Pril 10 sono racchiuse 10 funzioni: detergente, brillantante, funzione del sale, salvavetro, splendi-acciaio, pretrattante, azione a 40°, anti macchie di thè e caffè, antiodore e asciuga facile. Per avere risultati eccezionali, senza sforzo. **Pril 10, il massimo della brillantezza Pril.**

Visita www.pril.it

Il paese di Meltina invita alla Festa del Croco il 25 aprile 2011

IL SEGRETO DEI CROCHI DI MELTINA

Basta salire sull'altipiano del Salto, nei pressi di Bolzano, per scoprire un paesino incantato. Indimenticabile. Irresistibile come un filtro d'amore.

Il Salto è uno strepitoso belvedere sulle Dolomiti sospeso tra cielo e terra, a picco sopra la conca di Bolzano, 50 chilometri quadrati di prati e di boschi. Con la più grande foresta di larici di tutta Europa. E poi paesini fiabeschi, come Meltina, 1300 abitanti e ben sei chiese, gotiche e barocche, un museo geologico e case tirate a lucido, fattorie, orti e stradine lastricate.

Un posto magico. E non è un modo di dire. Ci sono il sentiero delle leggende, le misteriose piramidi di terra, centinaia di uomini di pietra, che circoscrivono,forse, un antico luogo di culto e masi da fiaba. Sono piccole fattorie dove scoprire un mondo diverso. Davvero diverso. Fatto di rispetto per la natura e gli animali, di amore per le tradizioni, di grande considerazione per gli ospiti, di voglia di far conoscere la propria terra, i propri sapori. E di piccole, grandi meraviglie. Come la fioritura dei crochi, ad aprile. Sono i fiori della passione che, come raccontano le leggende, ricoprivano il talamo nuziale di Giove e Giunone. Tanto che gli antichi li utilizzavano per preparare potenti filtri d'amore. A Meltina pare che lo sappiano. E pare che non abbiano dimenticato l'antica arte delle pozioni fatate. Così gli innamorati di questo splendido paesino continuano ad aumentare. E a ritornare.

Gli ospiti di quest'angolo di paradiso tornano per lo spettacolo delle criniere al vento dei cavalli avelignesi che pascolano pacifici tra i prati. O per il sapore unico, inimitabile, del pane casereccio e del succo di mela o di ribes, del latte e dei formaggi, dello Speck e dei Kaminwurzen, i deliziosi salamini affumicati. Per il silenzio, tangibile, che si gode immergendosi tra i larici centenari. Secondo un'antica leggenda pare che in paese si nasconda un antico alambicco, un prezioso dono degli dei. E che qui vengano distillati i filtri d'amore a base di croco. Sono eterei ma potentissimi. Ne basta una spruzzata, nell'aria, e Meltina entra nel cuore, per sempre.

Area Vacanze Bolzano Vigneti e Dolomiti
tel. 0471 633 488
www.bolzanodintorni.info

Consiglio: Con i treni DB-ÖBB EuroCity diretti e comodi 5 volte al giorno per Bolzano, da 9 €! www.bahn.com/it

Meltina

La fioritura sull'Altopiano del Salto dal giallo al viola e bianco dei crochi a Meltina tra aprile, maggio e giugno

Quota 1.140m, posizione soleggiato, vista mozzafiato: Meltina invita ad una vacanza serena e tranquilla, per dimenticare il tempo, perdersi in paesaggi infiniti, assorbire natura e quiete.

Affascinanti alberghi o pensioni di piccole dimensioni attendono di accogliere i loro ospiti in atmosfera famigliare tradizionale. O perché non passare **vacanze al maso** e prenotare un appartamento in agriturismo? Vivere a tu per tu la vita di maso con possibilità di partecipare al lavoro nelle stalle o sui campi. Ideale per famiglie, con tanto divertimento e animazione per i bambini.
E poi **tanti prodotti saporiti e genuini** da gustare, fatti in casa o provenienti dall'orto del proprio oste.

7 giorni in mezza pensione in albergo/pensione a tre stelle a partire da 343 € a persona, in agriturismo appartamento a partire da 350 € per 2 persone, incluso:

- visita guidata e degustazione presso Arunda Vivaldi, il più alto produttore dei vini spumanti d'Europa!
- giro in carrozza presso il Maso Oberfahrerhof
- per i bambini cavalcate con i pony presso il Maso Bacherhof
- Un'escursione guidata attraverso il Salto, ogni settimana allietato alla fioritura (dei crochi, del dente di leone, delle rose delle alpi ...)

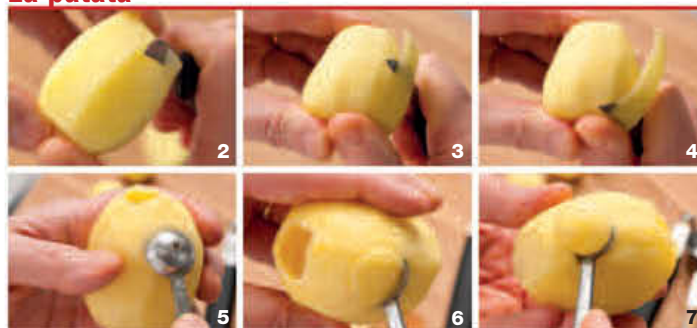
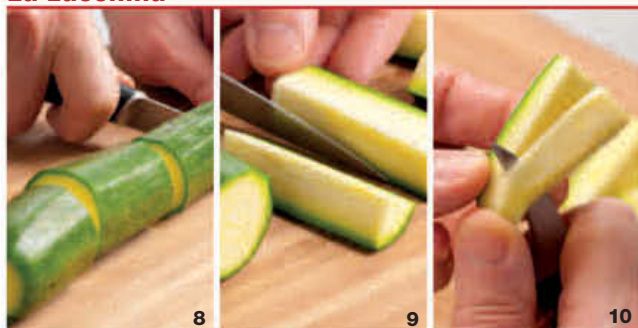
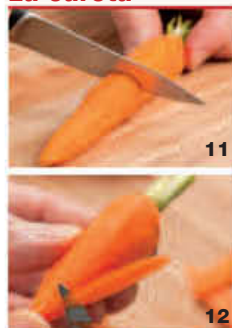
Info: Associazione Turistica Meltina
tel. 0471 668 282 | www.moelten.net

I consigli di **Walter Pedrazzi**

La semplice arte di tornire le verdure

La pratica di modellare gli ortaggi ha un duplice scopo: trovare forme più preziose ed eleganti per guarnire pesci, carni o antipasti e uniformare le dimensioni per rendere omogenea la cottura **foto Riccardo Lettieri**

Gli attrezzi per tornire

La patata

La zucchina

La carota

Il risultato e i ritagli

1 Per potere effettuare i diversi tagli sono necessari specifici strumenti: alcuni sono coltellini o spelucchini per modellare manualmente; altri sono scavini ben affilati che permettono di estrarre la polpa, dando nello stesso tempo la forma (i più comuni sono di forma semisferica).
2-3-4 La forma più classica di ortaggio tornito è quella delle *pommes natures*, patate modellate nelle dimensioni di un uovo: prima si eliminano le due estremità per uniformare l'altezza (cm 5-6), poi tenendo i due poli tra pollice e indice si elimina la prima striscia di polpa con un taglio curvo, unico e preciso. Si prosegue ruotando la patata sino a completare la forma.
5-6-7 Per "scavare" gli ortaggi si deve poggiare lo scavino parallelo alla superficie, quindi si affonda la lama su tutta la circonferenza, si ruota verso l'alto per completare il taglio ed estrapolare la forma.
8-9-10 Gli ortaggi cilindrici, come le zucchine, possono essere torniti in fusi, prima tagliando a tronchetti lunghi circa cm 5 e dividendo a spicchi, poi modellando sempre con tagli curvi per dare la forma affusolata.
11-12 Le carote possono essere tornite creando una forma mignon: dividere la carota a metà, con il coltellino affusolare la parte più grossa riducendo anche il diametro; nello stesso modo tornire l'altra metà, infine tagliare a metà nel senso della lunghezza.
13 Tutti i ritagli possono essere utilizzati per preparare minestre, creme, purè. Preventivamente gli ortaggi devono essere ben lavati ed eventualmente privati della buccia. Gli ortaggi torniti in forme medio-piccole si prestano per essere cotti in padella, trifolati o glassati. Quelli di dimensioni medio-grandi si prestano a essere bolliti, arrostiti al forno e glassati in padella o al forno.

Dalla **Siria**

Maamoul, profumati dolcetti festivi

Un friabile guscio di pasta frolla nasconde, come una ricca sorpresa, ripieni diversi a base di frutta secca, per celebrare la Pasqua

Preparazione a cura di Joëlle Néderlants, testi Laura Forti, foto Riccardo Lettieri

Sono piccoli pasticcini ripieni che si preparano nelle case delle famiglie cristiane nel periodo pasquale, in Siria e in genere in tutto il Medio Oriente. E, infatti, del Medio Oriente i *maamoul* hanno la ricchezza degli ingredienti e, soprattutto, la fragranza e gli aromi: i ripieni a base di frutta secca rendono corposi i dolcetti, mentre l'acqua di fiori d'arancio e l'acqua di rose profumano l'impasto. Queste essenze aromatiche si utilizzano frequentemente per la preparazione dei dolci, insieme alla cannella e alla resina: spesso sono proprio questi ingredienti a dare un tocco di eleganza a preparazioni che, di base, utilizzano elementi più umili come il riso o il semolino. Non è il caso dei *maamoul* che, dovendo celebrare una festività, hanno un impasto già prezioso. La loro forma può variare molto: in Oriente esistono anche stampi appositi che consentono di ottenere pasticcini con fini decori "ricamati". Ma sono molto comuni (si trovano nei negozi etnici in Europa) anche decorazioni realizzate a mano, pizzicando la pasta in superficie.

Tempo: circa 1 ora e 15' più il riposo

Ingredienti per 30-35 pezzi:
- *farina 00 g 400*
- *burro g 250*
- *datteri secchi snocciolati g 150*
- *farina di grano duro g 100*
- *pistacchi pelati g 85* • *gherigli di noce g 85*
- *zucchero semolato g 50*
- *zucchero a velo*
- *sale* • *cannella in polvere* • *acqua di rose* • *acqua di fiori d'arancio*

1 Versate il burro fuso sulle farine miscelate tra loro e impastate aggiungendo un pizzico di sale e circa g 40 di acqua.

2 Quando avrete ottenuto un impasto, aromatizzatelo con 3 cucchiai di acqua di rose e 3 di acqua di fiori d'arancio. Poi lasciate riposare l'impasto in frigorifero, avvolto nella pellicola, per circa 2 ore.

3 Preparate le farciture: tritate i pistacchi con g 20 di zucchero semolato e 1 cucchiaio e mezzo di acqua di fiori d'arancio; impastate leggermente il tutto. Allo stesso modo, tritate le noci con lo zucchero semolato rimasto e 1 cucchiaio e mezzo di acqua di rose e un pizzico di cannella in polvere. Tagliate i datteri con il coltello sminuzzandoli.

4 Dividete l'impasto in palline e lavoratele creando un'ampia nicchia, che riempirete con i tre diversi ripieni. Richiudete poi l'impasto rimodellando le palline.

5 Decorate i dolcetti a piacere, con qualche pistacchio o gheriglio di noce, oppure pizzicando la pasta o segnandola con i rebbi di una forchetta o con le forbici. Disponeteli poi su una placca coperta con carta da forno e infornateli a 160 °C per circa 25'.

6 Sfornate i dolcetti e lasciateli raffreddare, quindi spolverizzateli con zucchero a velo.

Lo chef dice che: chi vuole, al posto dell'acqua utilizzata per l'impasto, può usare altra acqua aromatica (di rose o di fiori d'arancio). In Oriente sono popolari i dolci profumati. Preparate i ripieni solo quando siete pronti a farcire i dolcetti: se li fate con troppo anticipo, rischiano di asciugarsi.

Tovaglia in lino arancione per lo sfondo Tessilarte. Nelle foto piccole, ciotole Bormioli Rocco. Indirizzi nell'ultima pagina.

10 buone ragioni **per andare a...**

Viareggio, prima che sia estate

In un momento felice, quando il lungomare è tranquillo e non ci si deve fare largo tra la folla. E quando i cuochi dei ristoranti, non ancora presi d'assalto, trovano il tempo di fare racconti mentre servono la loro cucina locale, basata sul pescato di giornata

di Nicola Giglio, foto Gaia Marturano

2

3

4

1.Il molo, da cui parte una pista ciclabile che percorre tutto il lungomare. 2.4.“Bagno Balena” e “Gran caffè Margherita”, due esempi in stile Liberty della Viareggio balneare degli anni Venti. 3.*Frittura con cefalo e alaccia* del ristorante “Il Buonumore”. 5.Golosità mattutine della “Pasticceria Bar Fauzia”.

Il lungomare è tranquillo e si possono ammirare in pace le architetture Liberty. I cuochi si dedicano con calma alle specialità locali, dal *cacciucco* alla *cecina*. I pescherecci partono regolarmente dalla darsena e la natura si risveglia, riempiendo le dune di fiori e le oasi naturali di uccelli migratori. È vero che Viareggio vive due stagioni tipiche: quella del Carnevale, con la famosa sfilata dei carri, e quella estiva, quando spiagge e vie del centro si riempiono di villeggianti. Ma la stagione giusta per scoprirla è quella di mezzo: la primavera.

1 Una brioche per cominciare

Un'ottima colazione per iniziare la giornata? Una delle tante brioche, treccine o sfoglie della “Pasticceria Bar Fauzia” o della “Pasticceria Gambalunga”. Poi si può visitare la città, scoprendo un sorprendente patrimonio di architettura Liberty. Si percorrono i due viali del lungomare, Margherita e Manin: basta sollevare lo sguardo per ammirare torrette, balconcini e decorazioni in stile floreale. Ma il vero incontro con il Liberty è all'“Emporio Duilio 48”, che negli anni Venti fece fortuna con la formula “Tutto in vendita a 48 centesimi!”, e nei due famosi simboli della Viareggio balneare dei primi decenni del Novecento, il “Gran Caffè Margherita” e il “Bagno Balena”, opere dell'architetto Alfredo Belluomini e del ceramista Galileo Chini. Poco più avanti, lo “Chalet Martini” è l'unica architettura lignea sopravvissuta all'incendio che nel 1917 distrusse gli edifici della passeggiata. Si prosegue lungo viale Marconi fino agli stabilimenti “Principe di Piemonte”, ex mitico “Lido”.

2 Il profumo delle cialde da seguire

La Viareggio benestante delle ville Liberty si è sviluppata a nord del canale Burlamacca. A sud del canale si contrappone invece quella più povera della darsena, con le caratteristiche case viareggine. Sono abitazioni a uno o due piani con una curiosa porta laterale molto stretta, che permetteva al proprietario di raggiungere nel cortile interno i locali in cui si ritirava d'estate quando le stanze principali venivano affittate ai turisti. Camminando tra barche, yacht e cantieri si sente il profumo delle cialde della gelateria “Cremeria Emma”. “Propongo solo i gusti che piacciono a me”, dice la proprietaria Emma riempiendo una cialda di *crema pasticciera al Grand Marnier* o di *yogurt greco con sesamo*.

3 La storia da scoprire

Per capire quanto siano cambiate nel tempo le caratteristiche morfologiche di Viareggio basta andare a Villa Bonaparte, elegante dimora ottocentesca, oggi museo civico. La fece edificare Paolina Bonaparte nel 1822 nel punto in cui il mare restituì il corpo di Percy Bysshe Shelley. Il poeta, ammirato per le sue opere dalla sorella di Napoleone, annegò a causa del naufragio della sua goletta *Ariel* durante una tempesta. Sorprende vedere che, con il progressivo ritirarsi del mare, oggi la villa, costruita su 220 braccia quadre di fascia costiera (come ricordano gli archivi della città), non è più circondata dalla sabbia, ma dall'asfalto di via Machiavelli. »

1.I *calamaretti ripieni* del ristorante "Romano".
2."Pasticceria Gambalunga".
3.Gelateria "Cremeria Emma".
4.10.Pescherecci e pescato locale.
5.Burlamacco, la maschera tipica di Viareggio.
6.9.Alcuni esempi di decori Liberty.
7.Fioritura primaverile sulle dune di sabbia.
8.La *scarpaccia* di Antonella Michelotti.
11.Moreno Pellegrini.

Segreto viareggino
Il cacciucco

Cinque C: qui ci tengono alla pronuncia e scrittura corrette del piatto più rappresentativo della città: il *cacciucco viareggino*. "Il nostro è più corposo di quello livornese e il pesce proviene al massimo da 20 miglia da Viareggio", spiega Michel Marcucci (nella foto sotto), chef della trattoria "Buonamico", dal 1901 locale frequentato soprattutto dai pescatori, ma che ha avuto clienti importanti come gli Agnelli, Eugenio Montale, Alberto Moravia. Michel propone la ricetta del cacciucco come a lui è stata tramandata, il segreto è il rispetto dei diversi tempi di cottura del pesce, che naturalmente è solo quello "povero". Prima il pesce più duro, polpo e poi seppie e poi via via il resto con palombo, pesce da zuppa sfilettato, crostacei. Ovviamente tutto dipende dal pescato della giornata. Il tutto si serve sul pane toscano strofinato di aglio.

4 Un pranzo da... pescare

Moreno Pellegrini è un simpatico ed esperto lupo di mare che accoglie sulla sua barca gruppi di 8-10 persone per portarli a Bocca di Serchio, dove ha calato le reti. La pesca è emozionante: si issano centimetro dopo centimetro con il fiato sospeso in attesa del luccichio argenteo che significa: "Oggi si mangia!". Perché, dopo la fatica, Moreno ospita i suoi "pescaturisti" nel pozzetto della barca per il pranzo. A Bocca di Serchio, appena fuori Viareggio, si arriva anche via terra, attraverso la macchia di Migliarino.

5 Il pesce povero reinventato

Tracine, gallinelle, scorfani, moscardini, calamaretti: gli chef viareggini sanno trasformarli in pietanze ricche di gusto, come i *calamaretti ripieni* del ristorante "Romano". "Nei nostri piatti c'è la cucina del territorio rivisitata e ammodernata con cotture leggere e delicate", racconta Roberto Franceschini, figlio del titolare Romano e della chef Franca. Roberto è anche un preparato e premiato sommelier e bisogna lasciarsi guidare dalla sua conoscenza per abbinare il giusto vino al sapore deciso del *tegamino di pesce alla viareggina* (interpretazione del cacciucco). Sul pesce povero ha costruito una vera e propria filosofia Amelio Fantoni del ristorante "Il Buonumore". Con Amelio non si sceglie il menu. Portata dopo portata si scopre il frutto della sua ricerca per proporre inalterati i sapori più genuini. Fidatevi e non rinunciate al piacere dei suoi racconti, mentre vi serve la sua interpretazione del *pancotto in brodo di tremola* o della *frittura con cefalo e alaccia*.

6 Una chef itinerante e le sue arselle

Al mercato, che si tiene ogni sabato mattina, si scopre la ricchezza dei prodotti del territorio. Una che li conosce bene e sa scegliere quelli della migliore qualità è Antonella Michelotti. Dopo aver gestito con successo ristoranti a Pantelleria e in Versilia, Antonella impartisce corsi di cucina per chi va in vacanza a Viareggio e si propone come chef a domicilio. Conosce tante ricette tradizionali »

1.La pineta che separa Viareggio da Torre del Lago. 2.3.Il lago di Massaciuccoli, un'oasi naturale che si presta all'attività di birdwatching in battello. 4."Latteria Bonuccelli Bruno". 5.La casa di Giacomo Puccini, oggi sede del museo a lui dedicato. 6.L'ambiente accogliente del ristorante "Il Buonumore". 7.Una pennellata di romanticismo in riva al lago di Massaciuccoli. 8.Il Carnevale di Viareggio è uno dei più famosi del mondo. I carri con le gigantesche maschere di cartapesta vengono preparati da abili artigiani alla "Cittadella del Carnevale". 9.L'androne di una casa in stile neogotico. 10.La *cecina* della "Pizzeria Da Rizieri".

che non sempre si trovano nei ristoranti. Va molto fiera, per esempio, delle sue *arselle con l'uovo sbattuto*, ma anche della *scarpaccia*, una torta di zucchine che si serve come dessert.

7 Il vino che nasce sulla sabbia

Solo 800 metri li separano dal mare. Sono i vigneti della "Tenuta Borbone", di proprietà dell' "Azienda Agricola Marika Felli". "È una scommessa impegnativa", spiega l'enologo Federico Ricci (agronomo bevitore, ama definirsi), "perché i vigneti crescono sulla sabbia, un suolo povero. Si deve trovare l'equilibrio perfetto tra le diverse condizioni climatiche. Già al tempo dei Borbone si produceva vino su questi terreni. Oggi stiamo recuperando un prodotto del territorio versiliese molto particolare e i risultati sono interessanti". Vermentino bianco e rosso e syrah si adattano perfettamente a queste particolari condizioni. Il risultato sono vini con profumi fruttati e una salinità assolutamente peculiari.

8 Cacciucco di bosco e cecina

Viareggio è ricca di sorprese. Bisogna però saperle scovare. Una è la "Latteria Bonuccelli Bruno". Il proprietario è un appassionato di erbe selvatiche e nel suo piccolo negozio si trovano il *cacciucco di bosco* (senza pesce ma fatto con porri, bambù, asparagi, finocchi e pungitopo selvatici), germogli conservati sott'olio, torte salate, ravioli, confetture di ogni tipo. Un'altra sorpresa è una specialità semplice e povera: la *cecina*, una sottilissima focaccia di farina di ceci, una sorta di *farinata* (ma qui guai a chiamarla così!). Sublime è quella sfornata alla "Pizzeria Da Rizieri", da accompagnare con focaccia a base di pasta di pane, come vuole la tradizione locale. Un tempo, infatti, si chiedeva una "5 e 5", ovvero 5 centesimi di cecina e 5 centesimi di focaccia.

9 I carri visti da vicino

Hangar altissimi disposti come un'arena. La festa è appena passata, ma anche fuori stagione la "Cittadella del Carnevale" regala emozioni. Si vaga in ampi spazi spiando all'interno delle rimesse dove si trovano i carri dell'ultimo Carnevale in attesa di essere smantellati. Ci si sente piccoli piccoli al loro cospetto, ma pieni di meraviglia. I giganteschi simboli della satira, abituati a sfilare sui carri allegorici, svelano i loro segreti: cinematismi, tiranti, rivestimenti. "Per ogni carro lavorano squadre di circa cinque artigiani della cartapesta", spiega Alessandro Avanzini, progettista abituato ai premi. "Tutto nasce da un'idea che prende vita grazie alla professionalità delle nostre maestranze".

10 Birdwatching sul lago

La Pineta di Levante separa Viareggio dalla sua frazione Torre del Lago Puccini. Il piccolo centro deve il suo nome a una torre che si specchia nelle acque del lago di Massaciuccoli e a Villa Puccini, appartenuta al maestro Giacomo Puccini e oggi sede del museo a lui dedicato. La zona fa parte del Parco naturale di Migliarino, San Rossore e Massaciuccoli e imbarcarsi su un battello per fare birdwatching nell'oasi è interessante proprio in aprile, perché per diverse specie dell'avifauna migratoria questa è la stagione dell'amore e del corteggiamento.

5

6

7

8

9

10

Indirizzi utili

RISTORANTI • Buonamico, via Sant'Andrea 27, tel. 0584943266, www.trattoriabuonamico.it • Il Buonumore, viale Capponi 1 angolo Marco Polo, tel. 3396920936 • Pizzeria Da Rizieri, via C. Battisti 35/37, tel. 0584962053 • Romano, via G. Mazzini 122, tel. 058431382

NEGOZI E BOTTEGHE • Azienda Agricola Marika Felli, via dei Contadini 13, tel. 3357178781 • Cremeria Emma, via E. Menini 8/10 (Darsena), tel. 0584395547 • Latteria Bonuccelli Bruno, via San Giovanni Bosco 16, tel. 0584407263 • Pasticceria Bar Fauzia, viale Margherita 82, tel. 058449200 • Pasticceria Gambalunga Benassi, via Sant'Andrea 34, tel. 0584962116

INFORMAZIONI • Agenzia per il Turismo Versilia, viale Carducci 10, tel. 0584962233 • Antonella Michelotti, chef itinerante, www.gourmetinversilia.it • Cittadella del Carnevale di Viareggio, tel. 058458071, www.viareggio.ilcarnevale.com • Navigazioni lago di Massaciuccoli, viale Marconi 306, Torre del Lago, tel. 3389029465 (Giuseppe Diridoni) • Moreno Pellegrini, Pescaturismo, tel. 3460443889-3471662627

Mostre d'arte e **piatti d'artista**

Atelier cucina

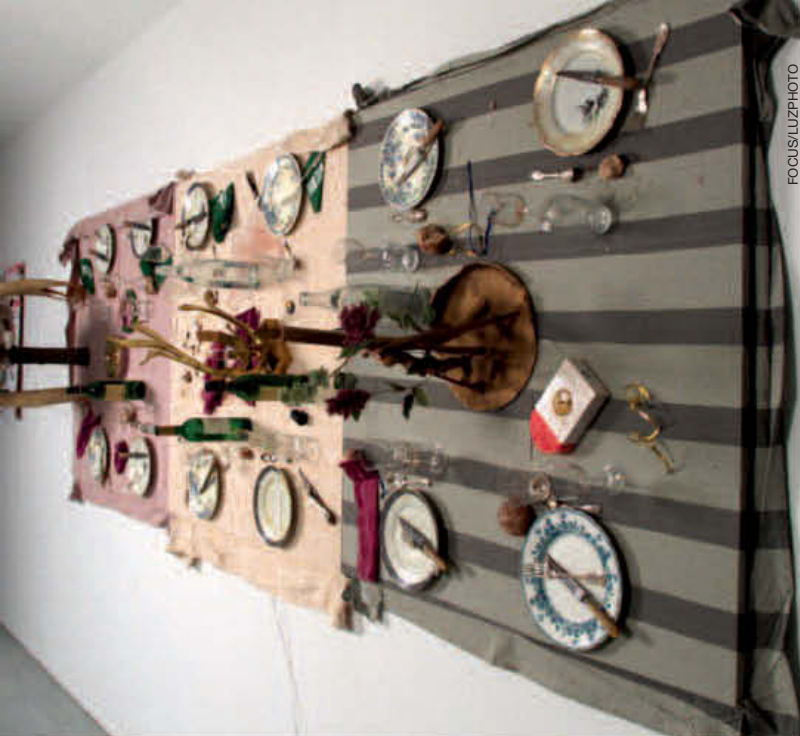
Arcimboldo copiava il cibo con arte. Molti chef interpretano l'arte con il cibo. Due eventi oggi ripropongono questi gustosi esercizi di stile. Che appagano gli amanti del bello e del buono **di Gianna Melis**

COURTESY OF TATE PHOTOGRAPHY

M.TOFFOLO R.

La pasta? "Provoca fiacchezza, pessimismo, inattività nostalgica e neutralismo. È una palla che gli italiani portano nello stomaco come gli ergastolani". Parola di Filippo Tommaso Marinetti, padre del Futurismo (nonché de *La Cucina Italiana*). I futuristi, tra i quali Boccioni, Balla, Carrà e Severini, volevano cambiare l'arte e la cultura e trasformare la funzione del mangiare in un'occasione di festa e di espressione artistica. La cucina futurista venne descritta in un manuale con tanto di ricette, dall'antipasto al dessert, dove esperienza, intelligenza e fantasia sostituivano quantità, banalità e ripetizione. E per passare dalla teoria ai fatti, nel 1930 venne aperta a Torino la "Taverna Santopalato" con piatti originali come *rombi d'ascesa*: un risotto decorato con spicchi di arancia. Oppure *carne plastico*: un polpettone di carne di vitello con 11 tipi di verdure e miele. Alcuni proclami dell'arte culinaria futurista si ammirano al Museo del Novecento, inaugurato a dicembre a Milano (www.museodelnovecento.org).

Ma ben prima dei futuristi, il primo *foodstylist* dell'arte fu Giuseppe Arcimboldo, che a metà del 1500 trasformò frutta, ortaggi, pesce e carne in volti e immagini fantastiche come quelle che si possono vedere nella mostra "Arcimboldo", fino al 22 maggio al Palazzo Reale di Milano. L'arte ispira anche i grandi chef di oggi. Sempre a Milano, l'associazione "Arte da mangiare mangiare Arte" propone l'evento "Piatto d'Artista". Gli artisti interpellati progetteranno un'opera che sarà interpretata dallo chef di un ristorante e il piatto diventerà protagonista del menu del ristorante per tutto il mese di aprile (www.artedamangiare.it).

Chef e artisti a confronto Al Peggy Guggenheim di Venezia, fino a metà maggio, la mostra "I Vorticisti, artisti ribelli a Londra e New York, 1914-1918" celebra il Vorticismo, movimento pittorico d'avanguardia che rappresenta sulla tela l'energia suggerita dal vortice. Il movimento (nato a Londra nel primo decennio del Novecento) ha ispirato "I piatti ribelli" di Gian Nicola Colucci del ristorante "Terrazza Danieli". Le opere che hanno colpito l'immaginazione dello chef sono stati *Danzatrice in pietra rossa* di Henri Gaudier-Brzeska, *Composizione* di Wyndham Lewis e i *Cantanti di strada* di Edward Wadsworth. Anche Gualtiero Marchesi (grande appassionato di arte) ha creato il piatto *dripping* pensando a Jackson Pollock e la composizione *quattro paste* in omaggio a Andy Warhol: si possono assaggiare nel suo ristorante all'Albereta di Erbusco. Il pastry chef Manuel Arcadu dell'"Hotel Cervo" e dell'"Hotel Pitrizza", in Costa Smeralda, per le sue dolci creazioni si ispira alle opere di Amedeo Modigliani: da assaggiare il *cono di cioccolato alla spuma di miele di corbezzolo*. Dalla Sardegna a Ischia per

FOCUS/LUZPHOTO

A sinistra: una *Testa composta* di Arcimboldo. Sopra: un esempio di Eat Art di Daniel Spoerri. Nella pagina accanto: *Dolci cubi di colore*, dessert di Gian Nicola Colucci ispirato a *Composizione* di Wyndham Lewis.

scoprire le "opere" culinarie di Nino di Costanzo del ristorante "Il Mosaico"; i suoi *tortelli di maialino nero con mosaico di verdure di stagione e mela verde* sono un mix della pittura di Mondrian, Escher e Boetti. Invece Pino Cuttaia, chef pluristellato del ristorante "La Madia" di Licata (in provincia di Agrigento), per creare i suoi piatti si ispira alle foto in bianco e nero di un tempo. Queste foto racchiudono l'ingrediente segreto di tutte le sue ricette: la memoria. Come gli *gnocchi di seppia sulla crema di finocchio* che svelano consistenze insolite dei più classici ingredienti isolani.

Eat Art creare arte con il cibo

Eat Art: Daniel Spoerri ha definito così l'arte fatta con prodotti alimentari. L'artista svizzero a Düsseldorf ha aperto prima un ristorante, poi, al piano di sopra, nel 1970 ha fondato la "Eat Art Gallery", dove venivano esposte opere create con materiali commestibili. Ogni anno Spoerri organizza un'estrosa mostra dal titolo "Eating the Universe-Food in Art" (www.danielspoerri.org).

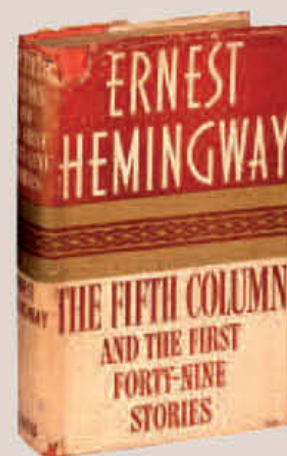
Da leggere ***Le ricette dei designer*, con l'introduzione di Ferran Adrià e *Le ricette dei designer 2*, con l'introduzione di Davide Rampello (Ed. Compositori, 19 euro, www.compositori.it) G.M.**

Letto e **mangiato** **a cura di Stefano Tettamanti**

Il sandwich di Hemingway

È buio. La nebbiolina che si alza dalla palude conferisce al paesaggio un'aria spettrale. Nick Adams si è fatto buttare giù da un treno merci in corsa. Il frenatore gli ha teso una trappola e lo ha spinto giù. Graffi sulle mani e sulle ginocchia, un bernoccolo sopra l'occhio, niente di più, ma è la figura da pollo a bruciargli. E adesso, dopo chilometri regolando il passo in modo da posare i piedi sulla massicciata fra una traversina e l'altra, a Nick è venuta una gran fame. Un fuoco, un uomo dalla faccia deforme con un moncherino al posto di un orecchio, un ex pugile suonato di nome Ad, Adolph Francis, e un suo gentile amico negro (sic) di nome Bugs gli risolveranno almeno il problema della fame. Ecco le migliori uova e pancetta della letteratura, raccontate da Ernest Hemingway in uno dei *49 racconti*.

Stava stendendo delle fette di pancetta in una padella. Quando la padella si scaldò il grasso cominciò a friggere e Bugs, accovacciandosi davanti al fuoco sulle lunghe gambe nere, girò la pancetta e ruppe delle uova nella padella, inclinandola di qua e di là per ungere le uova col grasso bollente.
"Vuol tagliare un po' del pane che c'è in quel sacchetto, signor Adams?" disse Bugs voltando la testa.
"Certo."
Nick ficcò una mano nel sacco e ne estrasse una pagnotta. Ne tagliò sei fette. Ad lo guardò e si sporse in avanti.
"Passami il tuo coltello, Nick" disse.
"No, no" disse il negro. "Non molli quel coltello, signor Adams."
Il pugile tornò nella posizione di prima.
"Vuole portarmi il pane, signor Adams?" chiese Bugs. Nick glielo portò.
"Le piace inzuppare il pane nel grasso di pancetta?" chiese il negro.
"Altroché!"
"Forse sarà meglio aspettare. Meglio alla fine del pasto. Tenga."

Il negro prese una fetta di pancetta e la stese su uno dei pezzi di pane, poi vi fece scivolare un uovo sopra.
"Chiuda quel sandwich, eh, per piacere, e lo passi al signor Francis."
Ad prese il sandwich e cominciò a mangiare.
"Attento che l'uovo scappa fuori" avvertì il negro. "Questo è per lei, signor Adams. Il resto per me."
Nick affondò i denti nel sandwich. Il negro era seduto di fianco ad Ad, davanti a lui. La pancetta e le uova fritte, calde, avevano un sapore meraviglioso. (Traduzione Vincenzo Mantovani)

Street food/**piadina**

La regina dei chioschi

LAIF/CONTRASTO

Nel 1963 chiude l'Arrigoni, azienda alimentare di Cesena. Alcune delle sue ex dipendenti non si scoraggiano. Sono in grado di preparare la piadina, il pane casalingo romagnolo: perché non mettere a disposizione di tutti la loro abilità? Non c'è che provare. Gli investimenti non sono onerosi: servono una *tegia*, cioè il supporto in refrattario per la cottura, un bidone per cuocere, un tagliere per impastare, un matterello, farina e acqua.

In riviera, invece, lo "sdoganamento stradale" della piadina era avvenuto alla fine degli anni Cinquanta, grazie al richiamo del turismo. Oggi la piadina artigianale romagnola – *piada*, *pida*, *piê*, a seconda delle declinazioni dialettali locali – è un caposaldo dei cibi di strada italiani, imitato, ma non certo eguagliato, dalla sua variante industriale. La sua versione più autentica è disponibile presso i chioschi e le rivendite delle piadaiole di tutta l'area romagnola e nord-marchigiana (dove prende il nome di *crescia*). Oggi, per spianarla, anche a livello artigianale si utilizza spesso un'attrezzatura meccanica; per cuocerla, ci si serve di stufe con la parte superiore coperta da una piastra, metallica o di refrattario.

La piadina, grande patrimonio della Romagna, in realtà è una delle forme più antiche di pane. Gli antichi Romani preparavano qualcosa di simile e suoi attuali omologhi sono, fra gli altri, la *pita* greca, la *pide* turca, il *chapati* indiano, la *tortilla* ispano-americana, con i quali condivide la natura di pane circolare, basso, azzimo (non sempre, non del tutto).

Le sue specificità, però, sono tante. Gli ingredienti di base sono la farina di grano tenero, il sale, l'acqua, ma molte piadaiole vi aggiungono bicarbonato, strutto, olio, latte, lievito, in quantità varie, modificando anche sensibilmente il grado di lievitazione e di sfogliatura. Cambiano anche gli spessori: da tre fino a dieci millimetri. Per non parlare del companatico: la piadina ripiegata in due avvolge di solito prosciutto crudo, salame, mortadella, porchetta, il tipico squacquerone, delizioso formaggio fresco romagnolo, e tutto quello che la fantasia può suggerire, compresa la marmellata o la crema gianduia.

Sua variante tradizionale è il *cassone* – o *crescione* o *guscione* – nient'altro che una piadina farcita, ripiegata in due e sigillata come un raviolo, ma prima della cottura. Il suo ripieno classico prevede rosole (foglie di papavero) o altre erbe di campagna crude e marinate col sale; i ripieni più gettonati oggi sono mozzarella e pomodoro, salsicce e patate, zucca e patate e così via.

Prezzi? Una piadina costa circa 70 centesimi, con companatico dai 3,50 euro in su. Un cassone, dai 2,50 euro in su.

Un appassionato di piadina e di altri cibi di strada non può lasciarsi scappare il "Festival internazionale del cibo di strada", a essi dedicato, che ogni due anni trasforma il centro storico di Cesena in una grande festa di convivialità.

Stanislao Porzio

Numeri/**cibo in viaggio**

Il Festival del cibo di strada

30.000.000 e più sono i panini venduti ogni anno negli Autogrill italiani (fonte Autogrill).

2.700.000 italiani nel 2010 hanno deciso di partire per le vacanze scegliendo mete gastronomiche (fonte Coldiretti).

12.000 chilometri sono quelli che percorre un chilo di ciliegie per arrivare dal Cile sulle nostre tavole (www.100ambiente.it).

100.000 le presenze contate al "Festival internazionale del cibo di strada" di Cesena del 2010 (fonte La Stampa.it).

HANNO DETTO...

> "In fondo di tutto questo viaggio ricordo con piacere solo i *pisci d'ovu*, i *babbaluci a picchipacchi*, che è un modo di fare le lumache, e i cannoli, oh, i cannoli"

Umberto Eco, *Il cimitero di Praga*

in Liguria
AGENZIA REGIONALE
PER NON LASCIARCI IL CUORE...
www.turismoinliguria.it
Se vuoi che una parte del tuo cuore non rimanga in Liguria riporta a casa quel pezzetto, strappato alla bellezza del luogo, ai suoi profumi, ai suoi colori. Per custodirlo, incorniciato a dovere e ricordarti così di tornare a sorprenderti ancora, qualsiasi sia la stagione, della varietà dei paesaggi, della dolcezza del clima, della genuinità del cibo semplice, naturale, saporito, di ritmi di vita accordati alle onde del mare.
Dicono di noi Liguri che siamo avari e un po' scorbutici. Forse siamo soltanto gelosi. Di una terra che non si può non amare. Ti sedurrà con discrezione e allora starle lontano non sarà più possibile.
LIGURIA
Gelosamente tua.
Emozioni sul mare
Scenari d'arte
PROFUMI E SAPORI
Tracce di storia
Itinerari di sport

S.MICHAHELLES

La riscossa di un grande **rosso**

Sogni di Barbaresco

Angelo Gaja racconta come ha contribuito a trasformare uno storico vino in una star internazionale. Riuscendo a superare la fama (e il prezzo) del "re" Barolo. E dando lustro nel mondo anche a tutte le altre nobili bottiglie piemontesi. **Elisabetta Bodini**

Offuscato a lungo dalla fama del Barolo, il Barbaresco si è preso la sua rivincita, con gli interessi. Rosso robusto, austero e vellutato, nato da uve nebbiolo e invecchiato per almeno due anni in botti di rovere o castagno, è uscito alla ribalta grazie a una famiglia che lo produce da 150 anni, fedele a un "sogno artigiano" diventato realtà: oggi Gaja possiede circa cento ettari di vigneti e produce 350.000 bottiglie all'anno. Barbaresco è anche il nome di un borgo adagiato su un poggio delle Langhe. Ed è qui, nelle storiche cantine di famiglia, che incontriamo Angelo Gaja, ultimo, carismatico discendente di una dinastia di viticoltori.

Quando è nato il vostro sogno?

"Produciamo vini da quattro generazioni. Il fondatore è stato Giovanni Gaja nel 1859, poi Angelo, poi Giovanni e ancora Angelo, cioè io. Al nonno Angelo la nonna, Clotilde Rey, colta e ambiziosa, instillò l'ossessione per la qualità. Solo allora si cominciò a capire che il vino cattivo andava buttato e che era meglio produrne poco, ma buono...".

Come si vinificava in passato?

"Nella nostra zona c'erano molti piccoli produttori, quasi mai proprietari dei vigneti. Acquistavano le uve sul mercato e se erano scadenti, allora vendevano vino scadente. Con il nonno Angelo, i Gaja furono tra i primi a imbottigliare il proprio vino".

Quali furono le novità che portò suo padre?

"Ebbe fede nel nebbiolo e decise che si trattava del vitigno migliore del mondo. Capì che bisognava produrre solo da vigneti di proprietà e che bisognava puntare sulla qualità, non sulla quantità: nel 1961 ebbe il coraggio di ridurre drasticamente il numero di gemme in potatura, abbattendo il 50% della produzione. E il vino peggiore lo svendeva all'ingrosso. Ma quando il Barbaresco era di grande qualità, non aveva dubbi e lo vendeva in bottiglia a prezzo elevato, più alto del Barolo! Era in controtendenza, ma la qualità cominciava a premiare. Il nostro nome iniziò a girare in tutto il Piemonte e a essere riconosciuto per il Barbaresco di qualità superiore".

> "Mio padre ebbe il coraggio di ridurre le gemme in potatura"

Ma come ha fatto a resistere alla competizione con gli altri ottimi vini delle Langhe?

"Il suo punto di forza fu di poter scegliere il meglio. Così acquistò 40 ettari dei migliori terreni vocati a vigneto, inclusi i capisaldi Sorì San Lorenzo, Sorì Tildin e Costa Russi, da cui nascono i nostri tre cru di Barbaresco".

Veniamo a lei, l'ultimo Angelo. Cosa fece quando iniziò a lavorare in azienda?

"Entrai *a bottega* da mio padre nel 1961. Il mio primo successo lo ottenni nel 1989, con il "Sorì San Lorenzo", un Nebbiolo Doc

Da sinistra: la cantina Gaja a Barbaresco; il borgo di Barbaresco dall'alto; vendemmia nel 1968; la famiglia Gaja in un ritratto di Flavio Piras; opera di Emilio Tadini su autografo di Angelo Gaja e due vini dell'azienda. Gaja si trova a Barbaresco (Cn), via Torino 18, tel. 0173635158.

che passa un anno in barrique e uno in botti grandi tradizionali. Fu un vino spettacolare, grazie all'annata d'eccezione, tanto che *The Wine Spectator* lo classificò 98/100! Un altro contributo importante che penso di aver dato personalmente è stato portare le nostre etichette nelle carte dei vini dei ristoranti più importanti del mondo. Inizialmente ho lavorato con la Germania e con gli Stati Uniti, e ho continuato a viaggiare. Così ho fatto conoscere ovunque il nome del Barbaresco".

Si riconosce nella definizione di "pioniere"?

"In un certo senso sì... Ho sempre avuto spirito d'avventura e coraggio. E se mio padre aveva creduto nel nebbiolo, io ho creduto alla potenzialità di nuovi vitigni. Nel 1978 abbiamo impiantato il vigneto di Darmagi, il primo di cabernet sauvignon di tutto il Piemonte. Poi fu la volta del vigneto di chardonnay Gaia & Rey: viene da qui il primo vino bianco italiano in barrique e capace di maturare a lungo in bottiglia".

Fin qui, però, ha giocato in casa, in terra di Langhe...

"C'è stata anche l'avventura in Toscana! Nel 1994 acquistammo la cantina Pieve Santa Restituta a Montalcino. Il Brunello di Montalcino ha in comune con il Barbaresco e il Barolo la capacità di maturare nel tempo e nel mondo si vende allo stesso tipo di consumatore: colto ed esigente. Nel 1996 fu la volta della cantina Ca' Marcanda a Bolgheri progettata da Giovanni Bo, un capolavoro di integrazione con il paesaggio di cui vado fiero!".

La sua politica di produzione e distribuzione ha sconvolto le regole: intuito o economia aziendale?

"Sa perché uno dei nostri vini si chiama Darmagi? Nel nostro dialetto significa: che peccato! È quello che disse mio padre quando vide che impiantavo vitigni di Bordeaux in un vigneto perfetto per il nebbiolo! Però io ci ho provato, il risultato c'è stato, e questo è intuito. La scelta economica è stata invece quella di affiancare alla produzione una nostra azienda di distribuzione, che offre anche l'alta gamma dei vini esteri e di cristalleria per il vino".

OLTRE GAJA: DIECI BARBARESCO DA DEGUSTARE

- **"Santo Stefano" riserva 2004, Castello di Neive, www.castellodineive.it**
- **"Bricco Asili" 2006, Ceretto, www.ceretto.it**
- **"Santo Stefano" 2005, Bruno Giacosa, www.brunogiacosa.it**
- **"Martinenga" 2006, Tenute Cisa Asinari dei Marchesi di Gresy, www.marchesidigresy.com**
- **"Vanotu" 2006, Pelissero, www.pelissero.com**
- **"Il Bricco" 2005, Pio Cesare, www.piocesare.it**
- **"Pajè" riserva 2004, Produttori del Barbaresco, www.produttoridelbarbaresco.com**
- **"Brich Ronchi" riserva 2004, Albino Rocca, www.roccaalbino.com**
- **Barbaresco riserva 2004, Sottimano, www.sottimano.it**
- **"Ad Altiora" 2006, Michele Taliano, www.talianomichele.com**

IL COLORE ENTRA IN CUCINA

Un frigorifero per arredare con personalità l'ambiente cucina. È il FAB28 di Smeg, protagonista anche di un sito internet creativo.

Il design retrò è sempre più di moda. Lo dimostra il FAB28 di Smeg, divenuto ormai un'icona di stile.
La forma arrotondata ricorda i vecchi frigoriferi degli anni '50, sottolineando il piacere di riproporre in chiave moderna un elettrodomestico della tradizione. A farla da padrone è il colore: il FAB28 è disponibile infatti in ben 16 tonalità. La gamma cromatica propone versioni calde ed estive come il giallo, l'arancione e il rosso, a cui si affiancano nuance pastello in rosa, azzurro, verde acqua o panna. Per chi predilige tonalità più decise, non mancano il blu, il verde lime e il nero, anche nella versione Black Velvet, con una superficie "soft touch" dallo straordinario effetto gommato.
Alle tinte unite si aggiungono tre modelli multicolor: Color Stripes, con mille righe colorate, Union Jack, con l'immagine della bandiera inglese e Tricolore con il vessillo italiano.

Nato per stupire e incantare, il FAB28 offre nel contempo le prestazioni di un frigorifero all'avanguardia. La capienza del congelatore a quattro stelle è stata aumentata da 21 a 26 litri per permettere di conservare un maggior numero di alimenti, come le esigenze della vita moderna richiedono.
Con sessanta centimetri di larghezza per 151 di altezza, il frigo ha una capacità totale di 256 litri. La classe A+ per efficienza energetica garantisce bassi consumi e il rispetto per l'ambiente.
La sua linea inconfondibile è declinata anche in altri modelli di frigorifero, dal piccolo FAB10, alto appena 96 cm, ai due porte FAB30, FAB32 e FAB40, quest'ultimo con una capacità di ben 400 litri. L'estetica può essere coordinata ad altri prodotti Smeg in stile anni '50, come congelatori, lavastoviglie e lavabiancheria.

www.smeg50style.com

IL WEB SITE PER DIVERTIRSI A CURIOSARE NEL MONDO FAB

Proprio per le sue caratteristiche estetiche esclusive, il FAB28 è divenuto protagonista del fashion system e di numerose produzioni cinematografiche internazionali, di trasmissioni televisive e sit-com.
Le avventure del frigorifero FAB28 da oggi sono visibili anche sul web. L'importanza della linea di prodotti in stile anni '50, infatti, ha spinto Smeg a creare un sito internet ad essi dedicato, on line all'indirizzo www.smeg50style.com. Ricco di curiosità e contenuti multimediali, il sito somiglia ad una piattaforma di gioco virtuale, in cui le informazioni e i contenuti si sollecitano a vicenda e sono soggetti a continui nuovi lanci e aggiornamenti. La struttura propone una navigazione sempre diversa, che invoglia a passare da un box all'altro, variando tra quattro principali sezioni: schede dei prodotti, storie legate al marchio Smeg, news e l'area di intrattenimento e interazione con gli utenti. Per vivere un'esperienza coinvolgente.

BAVARESE ALLA FRUTTA

Preparate l'impasto del pan di spagna con 150 g di zucchero, 150 g di farina, 4 uova, un pizzico di sale e una bustina di vanillina. Cuocetelo a 180° per 30' in uno stampo imburrato e infarinato. Dopo averlo fatto raffreddare prendete uno stampo a forma di uovo e capovolgetelo sul pan di spagna per ritagliarne una forma adeguata a foderarlo.

Lavorate 3 tuorli d'uovo con 70 g di zucchero, versatevi 300 g di latte caldo e mettete il composto sul fuoco, senza farlo bollire. Stemperatevi 12 g di colla di pesce già ammollata. Lasciate raffreddare e unite 400 g di panna montata: otterrete la bavarese.
Passate in altra gelatina i frutti di bosco, i fragoloni tagliati a metà e dei petali di primula, che poi utilizzerete per decorare il fondo dello stampo. Mettetelo ora in frigorifero per un'ora.
Versate la bavarese sui frutti, livellandola molto bene. Appoggiate sopra di essa il pan di spagna precedentemente ritagliato e mettete in frigo per 6 ore.
Sformate il dolce e copritelo con altra gelatina utilizzando un pennello. Riponetelo in frigo fino al momento di servirlo.

Per maggiori informazioni:
Showroom Smeg Corso Monforte, 30/3 20122 Milano
Tel. 02 76004848 e-mail: smegmilano@tesec.it
www.smeg.it

I corsi di cucina

Tanti gli appuntamenti in calendario per il mese di aprile: oltre ai diversi corsi incentrati sul menu di Pasqua, anche uno di cucina regionale dedicato alla Liguria: tra i piatti previsti nel piano didattico, il sontuoso cappon magro.

Prenotazioni: tel. 0270642242, ipca@quadratum.it

Il nostro blog

Nella sezione dedicata alla rivista, potete continuare a seguire i blog pubblicati dalla redazione (vi si accede dalla sezione "In edicola", cliccando poi sulla voce blog) sulle ricette e sugli argomenti del numero in edicola: consigli, suggerimenti e, a volte, spunti di discussione. Partecipate anche voi!

www.lacucinaitaliana.it

Mare e monti con la Scuola

Tornano, con la primavera, i corsi organizzati dalla nostra Scuola in montagna e al mare: dal 7 al 10 di aprile l'appuntamento è a Champoluc, presso "Le Rocher Hotel". Per il mare, bisogna attendere maggio, quando si potrà imparare a cucinare nella splendida cornice di Capo Caccia (Alghero), in Sardegna. Occasioni speciali per unire vacanze e Scuola!

La Scuola de La Cucina Italiana, tel. 0270642242, ipca@quadratum.it; Le Rocher Hotel di Champoluc, tel. 0125308711, info@lerocherhotel.com; www.hotelcapocaccia.it

Le novità on line in aprile

Taccole a primavera

L'aggiornamento del nostro sito, per il mese di aprile, prevede molti contenuti dedicati alla Pasqua. Oltre alle ricette per la bella stagione che trovate nello Speciale dedicato alla "cucina di primavera", infatti, saranno on line diversi video che insegnano a preparare alcuni classici: tra questi l'uovo di cioccolato (con un video di completamento, per imparare a decorarlo con ghiaccia e zucchero) e la colomba, in due versioni, la prima con il lievito madre, la seconda, più semplice e veloce, con il lievito di birra. Nella sezione "A scuola di..." si parla di taccole verdi: tutto su come pulire e preparare i primaverili "piselli mangiatutto". Prosegue poi la sit com di La Scuola de La Cucina Italiana, "Rivincita ai fornelli": dal 6 aprile, è on line la quarta puntata. Protagonista, questa volta, è Sara, una mamma di quattro figli, con una passione per i cibi sani e una missione da compiere: organizzare la festa di compleanno per il suo primogenito, che vorrebbe mangiare solo e sempre cibi da fast food...

www.lacucinaitaliana.it

All'arrembaggio della cucina

Oltre a favolosi bottini, che cosa riusciva a saziare gli avidi appetiti dei pirati? Non certo orride sbobbe da ciurma. Nel Settecento l'occhio goloso del domenicano Jean-Baptiste Labat li descrisse come veri gourmand, antesignani di una cucina "fusion", specializzati nell'uso delle spezie, in grigliate e stufati, invincibili nell'arte dei cocktail. L'autrice, figlia di uno storico della pirateria, ci imbarca in un libro carico di aneddoti intriganti e di ricette, per una piccante navigazione culinaria tra le isole caraibiche.

Melani Le Bris, ***La cucina della filibusta,*** *Elèuthera, € 20, www.eleuthera.it*

Risorgimento per golosi

Pranzo con Garibaldi

Di Cavour si sa: sedeva al Ristorante del Cambio di Torino e di lì controllava i movimenti dei senatori del Regno. Di Manin anche: complottava contro gli austriaci al Caffè Florian, davanti a San Marco. Di Garibaldi, impegnato a combattere, inseguire, fuggire, è difficile dire quali fossero i locali preferiti: ma sappiamo che era di gusti semplici, amava il minestrone. Ed era astemio. Tante altre notizie hanno raccolto gli autori di questo volume sulla storia "eno-gastro-bellica" dell'Italia risorgimentale (fra gli scrittori, anche il "nostro" alimentarista Giorgio Donegani). Ogni capitolo è dedicato a un protagonista di quegli anni, da Vittorio Emanuele II a Ferdinando II di Borbone, da Carlo Cattaneo e le Cinque Giornate di Milano a Carlo Pisacane e l'avventura in Campania. Quindici personaggi, altrettante storie gastronomiche che coprono tutta Italia. Con vini, prodotti, ricette d'epoca, ristoranti e... gesta eroiche. Illustrazioni di Michele Tranquillini, postfazione di Giorgio Napolitano.

Qui mangiava Garibaldi, *a cura di Paolo Paci, De Agostini, € 14*

Per una tavola più verde

Spontanei anticipatori della cucina a chilometro zero, i Lancellotti colgono nel grande orto che circonda la loro "Osteria Bohemia" angelica e borragine, malva e acetosa e le portano in tavola. E con gesti semplici compongono qui in 30 ricette incanti di gusto e di colore, che saranno una fresca meraviglia per l'occhio e il palato.

Angelo e Zdenka Lancellotti, ***Con erbe, frutti e fiori,*** *Bibliotheca Culinaria, € 13,90*

Tegami, miei prodi!

Una cucina, un regno: sull'attenti mestoli, lame, piccole macchine... pronti a soccorrere il cuoco in tutte le sue imprese. Da "abbattitore" a "wok", una lista di cento oggetti per scoprirne funzioni e utilizzi (con ricette) insieme a varie curiosità e alle personali note di chi ogni giorno se ne serve come alleati del "ben cucinare".

Allan Bay, ***Nella mia cucina,*** *Mondadori, € 22*

Passioni di Langa e Roero

Basta leggere degli "agnolotti del plin cotti nel fieno di maggio": l'anima delle Langhe, l'infanzia, l'amore per la terra e per il mestiere, la gentilezza e la mano felice si colgono, ancor prima di assaggiare, nelle ricette, e poi nei racconti e nelle foto del libro dello chef Maurilio Garola. Per lui, un'occasione di fare il punto di vita e carriera. Per noi, di pregustare le gioie di una cucina che ha radici e fantasia. Acquisti sul sito.

L. Bertello, B. Murialdo, ***Maurilio e La Ciau del Tornavento,*** *Sorì Edizioni, € 45, www.laciaudeltornavento.it*

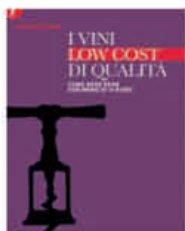
R.LETTIERI

il prezzo delle bottiglie si intende franco cantina

Armonizzazioni pasquali

Solo bianchi per le uova

Saranno delicati, freschi spumanti nostrani a sposare l'uovo crudo, che con il suo gusto accentuato, quasi aggressivo, e una consistenza molto fluida ha bisogno di un vino ad alta acidità che "sciacqui" le papille. Cotto invece, che sia al tegamino, strapazzato o sodo, si solidifica e diventa più "digeribile"; vuole ancora un bianco, ma più morbido, rotondo. Nella frittata tuorlo e albume si mescolano in un connubio perfetto, solido e succulento, che in bocca dà una percezione di dolcezza. E si può ben abbinare un vino bianco più complesso e persistente. Per i dolci, come la bianca meringa, ma anche il rosso zabaione, ci vorranno vini molto dolci ma delicati, in grado di sostenere la dolcezza della preparazione senza coprire le caratteristiche aromatiche dell'uovo. Se poi le uova faranno da base per preparazioni più complesse, allora bisognerà tener conto dell'aromaticità e della persistenza degli ingredienti aggiunti (basti pensare a come si trasforma una meringa intinta nel cioccolato fondente...). **Yoel Abarbanel**

Bere meglio, spender meno

Il gastronauta Paolini ha vagabondato con gusto tra le cantine d'Italia, scoprendo etichette con il comun denominatore dell'alta qualità e del prezzo ragionevole. Non superando mai i 10 euro, si spazia dagli acini di Prié Blanc della Valle d'Aosta alle bottiglie delle cooperative antimafia della Sicilia, dalle bollicine dell'Oltrepò ai gioiellini rossi e ruspanti della Toscana. Vino delle mie brame, qual è il rapporto prezzo-qualità più intrigante del reame? Risponde una guida facile, che incoraggia gli habitué del vino e li porta in viaggio tra vitigni autoctoni e insoliti. Basta sperperi con Bacco, il vino eccellente e low cost ha trovato il suo spazio! **Carlo Spinelli**

*Davide Paolini, **I vini low cost di qualità**, Edagricole, € 12, www.edagricole.it*

Scelti da noi

LUGANA DOC "TENUTA MAIOLO" 2009 Bianco molto tenue, dai profumi di mela verde, uva spina e fiori di campo, in bocca è delicato, di grande freschezza e corpo leggero, con buona persistenza dai lievi toni ammandorlati. Da bere sui 10 °C. Con l'uovo crudo.

__Provenza__, Desenzano del Garda (Bs), tel. 0309910006, € 7, 12,5% vol., www.provenzacantine.it

FORLÌ BIANCO IGT "STRABISMO DI VENERE" 2009 Uve albana e sauvignon blanc donano aromi tra il fruttato e l'esotico, molto piacevoli. Di gusto fresco, il vino si sposta sulle morbidezze senza perdere in fragranza nel finale piuttosto lungo. Si serve a 12 °C. Ottimo per accompagnare la frittata.

__Fattoria Paradiso__, Bertinoro (FC), tel. 0543445044, € 6,30, 13% vol., www.fattoriaparadiso.it

BENEVENTANO IGT "CESCO DELL'EREMO" 2009 Da uve falanghina surmature, è molto intrigante negli aromi (frutta secca, pesca gialla e pera William), anche grazie ai quattro mesi di botte piccola. In bocca è morbido, di buon corpo, rotondo e persistente sui toni della noce. Si serve comunque fresco, sui 12 °C, in calici abbastanza ampi. Da provare con uova sode, maionese e sale affumicato.

__Cantina del Taburno__, Foglianise (Bn) tel. 0824871338, € 5,20, 13% vol., www.cantinadeltaburno.it

VIGNETI DELLE DOLOMITI IGT "SORTÌ" 2008 Fatto con 85% di Pinot Bianco affinato in rovere e 15% di Riesling Renano, è intenso e pieno, con note di frutta esotica, tostato e spezie dolci. Al gusto è rotondo, di grande morbidezza, lungo e vellutato nel finale. Si serve sui 14 °C in calici abbastanza ampi. Per un uovo al tegamino con tartufo nero.

__Roberto Zeni__, S. Michele a/A (Tn), tel. 0461650456, € 14, 13% vol., www.zeni.tn.it

MOSCATO DI PANTELLERIA DOC 2009 Ha toni delicati di frutta gialla ed esotica in un bouquet aromatico intenso e gentile. In bocca colpisce la dolcezza fruttata e un finale avvolgente ma fragrante. Da bere a 6-8 °C in tulip o in calici da degustazione. Con una semplice, dolcissima meringa.

__Cantine Pellegrino__, Pantelleria (Tp), tel. 0923912730, € 6,50, 15% vol., www.carlopellegrino.it

Altre notizie su www.lacucinaitaliana.it/online.html

G.MARTURANO

il prezzo delle bottiglie si intende franco frantoio

Denocciolati intensi e longevi

Spremute di sola polpa

Snocciolare le olive prima di spremerne l'olio era una pratica diffusa già nell'antica Roma, ma solo le tecniche più recenti l'hanno facilitata, portando alla ribalta questi speciali oli.

Le caratteristiche A confronto con i tradizionali extravergini, le sensazioni olfattive, gustative e tattili sono tendenzialmente più accentuate; inoltre i denocciolati hanno un'acidità libera di solito più bassa e, soprattutto, una maggiore presenza di sostanze antiossidanti. Il nocciolo delle olive contiene infatti degli enzimi che durante la frangitura attivano meccanismi ossidativi che compromettono la stabilità dell'olio. Ecco perché pare che i denocciolati si conservino un po' più a lungo. Difetti? L'uso di macchinari destinati in origine agli extravergini tradizionali causa considerevoli perdite di olio, che potranno essere evitate solo con nuove tecnologie ad hoc, per il momento ancora in fase di studio.

Gli abbinamenti consigliati Gli oli presentati, quasi tutti di fruttato medio, si sposano bene con creme di verdura, insalate di mare e insalate verdi e carni bianche ai ferri.

Scelti da noi

"OLIO DELLA COSTA" Da olive frantoio e leccino. Giallo oro, limpido, con profumi di carciofo ed erbacei. Al palato ha buona fluidità ed equilibrio tra amaro e piccante. Chiusura piccante con sentore di noce.
Maculan, Breganze (Vi), tel. 0445873733, € 20 (bott. 500 cc), www.maculan.net

MONOCULTIVAR FRANTOIO Dorato, limpido, con sentori di carciofo e note erbacee. In bocca è fluido e morbido, mandorlato e vegetale con amaro e piccante netti, ma ben dosati. Punta piccante in chiusura. Fruttato leggero.
Frantoio Madonna delle Vittorie, Arco (Tn), tel. 0464505432, € 16 (bott. 500 cc), www.madonnadellevittorie.it

"IL NOBILE" Giallo oro dai riflessi verdolini, limpido. Ha profumi vegetali intensi, puliti e freschi, che ricordano l'oliva verde. Al gusto è morbido e rotondo, con una sensazione di dolce ben equilibrata dalla nota piccante. Sentori vegetali in chiusura.
Carapelli, Tavernelle Val di Pesa (Fi), Numero verde 800.489.501, € 6 (bott. 1000 cc), www.carapelli.com

DENOCCIOLATO DI BOSANA Da olive bosana, è giallo oro con riflessi verdolini, limpido. Dai profumi floreali e di mela, al palato è morbido e suadente, con note di carciofo e mandorla e gradevoli toni piccanti.
Fratelli Pinna, Ittiri (Ss), tel. 079441100, € 12 (bott. 250 cc), www.oliopinna.it

"TONDINA 2003" Prodotto in Calabria da olive tondina. Giallo chiaro dai riflessi dorati, limpido. Ha freschi profumi di oliva con note erbacee. Al palato è fluido e armonico, morbido al gusto con un tocco di amaro lieve e di piccante gentile ma progressivo. Chiude con sentori di frutta bianca.
Terre di Balbia, Dolegna del Collio (Go), tel. 048161264, € 12 (bott. 250 cc), www.terredibalbia.it

Gli appassionanti mestieri dell'olio di oliva

R.LETTIERI

In Italia, per oltre un milione e 161.000 ettari di superficie olivetata, si contano poco meno di un milione di **olivicoltori**, che lavorano quasi tutti a livello amatoriale. L'**agronomo** assiste e coordina gli olivicoltori nella realizzazione degli impianti olivetati e nelle tecniche colturali. Il passaggio successivo spetta al **frantoiano**, addetto alla frangitura meccanica dei frutti per l'estrazione dell'olio. Chiude la serie dei professionisti dell'olio l'**oleologo**, che segue e coordina le varie fasi di lavorazione. Quella dell'oleologo è una figura nuova e complessa, che spesso ne comprende altre, come per esempio il **tecnologo alimentare**, il **degustatore professionale**, il **selezionatore di prodotto** e l'**autore dei blend**, che, seguendo le tendenze di gusto del consumatore, realizza le "miscele" tra le diverse partite di olio. Per diventare degustatori e approfondire le proprie conoscenze sul mondo dell'olio: www.olea.info e www.casadellolivo.it

Uova rivestite a festa

Maglio, azienda dolciaria nata nel Salento nel 1875, è conosciuta per la bontà del suo cioccolato, sottolineata da confezioni sempre raffinate. Quest'anno, a Pasqua, le sue uova, nelle versioni latte e fondente, si rivestono di un incarto trasparente, dove il logo della casa (l'antico carro trainato da cavalli) diventa protagonista.

Una colomba dall'impasto segreto

La "Colomba Margherita" di Bistefani è impastata solo con le farine dei mulini dell'Alessandrino, lievito madre, rinfrescato da 50 anni tre volte al giorno, uova, burro e un concentrato di frutti rossi (ribes nero, more, fragole, lamponi). L'impasto, così soffice, è un segreto che si tramanda da generazioni.

Per gli amanti della "ripiena"

Emma Giordani di Voltan dedica ai cultori della pasta i "Granfarciotti". La sfoglia è fatta con uova da allevamento a terra e i generosi ripieni (rappresentano il 55% del raviolo) sono composti di ingredienti genuini e selezionati. C'è solo l'imbarazzo della scelta: al radicchio, rucola e grana, ai porcini, allo speck, ai carciofi...

Verdure da interpretare

"Condi o Cuoci" di Bonduelle propone due mix di verdure, ideali sia crudi in insalata sia cotti per condire la pasta, i risotti o per arricchire le torte salate. "Dolce" con mais, carote, zucchine, spinaci novelli, scarola e cavolo bianco e "Gustoso" con mais, porro, cavolo rosso, radicchio rosso e scarola.

Colore purpureo, carattere fiero

Impresa di Fiume, 1919. Gabriele D'Annunzio, apprezzando molto il cherry di marasche Luxardo, lo ribattezzò con il nome "Sangue Morlacco", in onore del popolo dalmata. Questo storico liquore a base di ciliegie festeggia oggi 190 anni e si rinnova aggiungendo un tocco vintage alla bottiglia e all'etichetta.

La glassa è lavorata a mano

Dal 1964 Maina presta tempo, attenzione e abilità a tutti i suoi prodotti. Come alla colomba "La Gran Nocciolata" che ha un impasto lievitato per più di due giorni con lievito madre. È arricchita con canditi e ricoperta da una glassa di zucchero, nocciole e mandorle lavorata a mano. La trovate in due formati da g 1000 e g 750.

Con vero tartufo nero

Meggle presenta il "Burro con tartufo", una specialità gastronomica realizzata con burro di prima qualità e scaglie di tartufo nero proveniente dall'Umbria. È perfetto abbinato alle uova o per dare un tocco raffinato a un risotto alla parmigiana. La confezione in vetro da g 80 ne preserva inalterate tutte le caratteristiche.

Ph: RistoArte Margutta Roma

Con l'arrivo sempre straordinario della primavera anche le tavole si rinnovano, rese più allettanti da sapori e odori che ripercorrono con gusto, regione per regione, la nostra bella Italia, estremamente versatile nei ricettari ma unita più che mai nel nome della qualità e della territorialità. La nuova stagione porta con sé il desiderio di nuove scoperte e stuzzicanti novità gastronomiche, di itinerari enogastronomici ancora tutti da scoprire, di appuntamenti dal respiro internazionale, primo fra tutti il Vinitaly a Verona, grande kermesse dei migliori vini italiani dove viticoltori di fama e vignerons emergenti hanno l'opportunità di farsi apprezzare da un pubblico di appassionati intenditori.

SAPORI DI PRIMAVERA

GLI INDIRIZZI DEL MESE

Hostaria al Fari Vecjo

Nata nel 1804, l'Hostaria al Fari Vecjo è uno storico locale con tavoli in legno, mensoloni, lavagne, travi a vista e botti. Qui Tiziana e Simone offrono ottimi vini per lo più regionali da accompagnare come vuole la tradizione a ricche frittate, crostini, frico, polpette, musetto con brovada, ovvero le squisite rape macerate tra le vinacce, grattugiate e infine stufate lentamente in padella. Gustose anche le pause pranzo basate sulla tipica cucina friulana.

Hostaria al Fari Vecjo
Borgo Grazzano 78
Udine
Cell. 346 2241351

Pepata di Corte

Sapete i bacari veneziani, quelli un po' fuori dai circuiti, che quando si entra ci si sente felici perché si capisce di aver scelto il posto giusto? Ecco, Pepata di Corte è un bacaro udinese, gestito da Luca e Samuele, udinesi doc uniti da una sana amicizia e dalla serietà sul lavoro. L'accoglienza è perfetta nell'osteria, regno di Sam, come nel ristorantino al primo piano, regno di Luca: cibi e vini si intrecciano tra saperi e sapori, gusti e chiacchiere…

Pepata di Corte
Corte Savorgnan 12
Udine
Tel. e Fax 0432 294583
www.pepatadicorte.com

Il Platina

Una tavola imbandita, delizie fatte per voi, tutto curato nei dettagli per accoglervi al meglio: questo è Il Platina, aperto solo su appuntamento. Con 40 coperti e 2 sale, vede il cuoco in persona gestire la "cerimonia dell'incontro", la presentazione di ogni sapore per farvi gustare con palato, naso e occhi, per farvi sapere di più su tecnica, storia e geografia dei piatti. Sette od otto portate, pregiati vini locali, scuola di cucina, servizio catering…

Il Platina
Ristorante - Catering
Scuola di Cucina
Via Cavour 5
San Daniele del Friuli (UD)
Tel. 0432 957039
Fax 0432 943925
www.ilplatina.it
info@ilplatina.it
www.facebook.com/ilplatina

Ristorante Al Cantinon

Suggestivo, Al Cantinon è fra i Locali Storici del Friuli Venezia Giulia. Gestito dalla Cooperativa Sociale La Cjalderie, offre due belle sale, una rustica e l'altra più moderna, capaci di ospitare sino a 200 persone. Nel menu il meglio del territorio: carni alla griglia, ottimi formaggi, pane e dolci fatti in casa, verdure biologiche e, soprattutto, il Prosciutto Fogolar stagionato 18 mesi e la Trota Regina di San Daniele. Pregiati vini, servizio osteria.

Ristorante Al Cantinon
Via Cesare Battisti 2
San Daniele del Friuli (UD)
Tel. e Fax 0432 955186
info@alcantinon.it
www.alcantinon.it

Ristorante Enoteca Al Fortino

Situato in pieno centro, Ristorante Al Fortino è uno dei locali più antichi di Cividale del Friuli, come testimonia la sua prima "licenza" risalente al XVI secolo. Rustico ed elegante, offre creative rivisitazioni della migliore cucina friulana. Attigua al ristorante l'enoteca, ideale per degustare vini del territorio e prodotti tipici ma anche per piacevoli pause e happy hour. Possibilità di alloggio in raffinati appartamenti nel cuore del borgo medievale.

Ristorante Enoteca
Al Fortino
Via Carlo Alberto 40
Cividale del Friuli (UD)
Tel. 0432 731217
Fax 0432 731192
info@ristorantealfortino.it
www.ristorantealfortino.it

Ristorante Niù

Vivace locale dedicato a chi ama la buona cucina, Niù è un ristorante di qualità, un ritrovo perfetto per l'aperitivo, un'idea di gusto per cenare con gli amici o in dolce compagnia, il posto giusto per pranzi veloci, la meta naturale per rilassanti dopocena. Qui i piatti della tradizione si affiancano a sapori ricercati e sfiziosi e la generosa cantina regionale aggiunge alle migliori etichette del vitigno Friuli birre di alto livello spillate alla tedesca.

Ristorante Niù
Via Nazionale 40
Tavagnacco (UD)
Tel. 0432 484739

Ristorante Al Ritrovo Marittimo

Ambiente semplice e familiare, caratterizzato da quell'accoglienza informale che ben dispone a godere dei piaceri del palato, vi attende vicino al Museo Revoltella e al mare per deliziarvi prima con un antipasto a base di prosecco di Valdobbiadene, strudel di verdure e pesce misto, poi con una cucina fra il tradizionale e il creativo: pesce fresco e tante irresistibili ricette, dai ravioli di scarpena agli spaghettoni al limone con vongole e dal carpaccio di branzino ai calamari fritti in padella. Impeccabile il servizio e ottima la cantina forte di una curata selezione di etichette friulane.

Ristorante
Al Ritrovo Marittimo
Via Lazzaretto Vecchio 3
Trieste
Tel. 040 0640128
Cell. 340 2536254
alritrovomarittimo@yahoo.it

Castello di Buttrio

Eretto nel Trecento e più volte ricostruito, il Castello di Buttrio è oggi un'azienda di antica tradizione vinicola. Qui, nella zona dei Colli Orientali del Friuli, la sapiente conduzione della proprietaria Alessandra Felluga e i terreni caratterizzati dalla famosa ponca friulana che alterna strati di marne e arenarie danno vita a sette preziose perle enologiche: i rossi Pignolo, Merlot e i bianchi Chardonnay, Friulano, Mon Blanc, Sauvignon e Malvasia.

Castello di Buttrio
Via Morpurgo 9
Buttrio (UD)
Tel. 0432 683035
Fax 0432 673015
info@castellodibuttrio.it
www.castellodibuttrio.it

Casa Zuliani

Tra le Doc Collio e Isonzo del Friuli, è una storica tenuta situata in una delle regioni vitivinicole più vocate d'Italia. Fondata nel 1923, si presenta oggi con un'immagine rinnovata che ben esprime l'internazionalizzazione dell'azienda, produttrice di vini d'ottima qualità. Nella gamma i bianchi Malvasia, Friulano, Sauvignon, Ribolla Gialla, Pinot Grigio e Chardonnay a cui si aggiungono i rossi Merlot, Winter Chardonnay, Winter Sauvignon e Winter Rosso.

Casa Zuliani
Via Gradisca 23
Farra d'Isonzo (GO)
Tel. 0481 888506
Fax 0481 888604
info@casazuliani.com
www.casazuliani.com

Trattoria Al Garghet La Terra di Mezzo

Nella prima campagna fuori Milano, che a partire dal medioevo fu terra di monaci, gendarmi, contadini e mondine, sorge questo suggestivo e intimo ritrovo frequentato agli inizi del '900 da baldanzosi giovani amanti del ballo. Oggi accoglie buongustai in cerca di tradizione, ai quali propone la buona cucina milanese e lombarda ben valorizzata dai prodotti delle cascine locali. In primo piano i superbi risotti e la gustosa cotoletta a "orecchio di elefante".

Trattoria Al Garghet
La Terra di Mezzo
Via Selvanesco 36
Milano
Tel. 02 534698
Fax 02 57407866
info@algarghet.it
www.algarghet.it

Salumeria & Ristorante Murru

Appuntamento per i buongustai che vogliono regalare nuove emozioni al proprio palato, la Salumeria & Ristorante Murru è il luogo ideale per gustare il meglio della tradizionale cucina sarda assieme ai prodotti Salumificio Murru. Nel menu ricchi antipasti, gnocchetti sardi alla salsiccia, ravioli di ricotta al sugo, il porcetto e tanti ottimi dolcetti. Dopo un mirto o un filu 'e ferru è piacevole la visita all'adiacente rivendita di salumi e prodotti sardi.

Salumeria & Ristorante
Murru
Via Giovanni XXIII 147
Cardano al Campo (VA)
Tel. 0331 731435
murruprodottisardi@tiscali.it

Ristorante Bernardo Clesio

Nuove emozioni attendono i viaggiatori del gusto al Ristorante Bernardo Clesio presso il Grand Hotel Trento****. Elegante, con più sale e una cucina di grande ricercatezza, vanta un menu che accosta alle specialità trentine i migliori piatti italiani in un mix di dolce e piccante, semplice e gourmet, sempre ben abbinato ai più pregiati vini regionali e nazionali. Una location perfetta anche per eventi importanti, dalle nozze alle cene aziendali o di lavoro.

Ristorante
Bernardo Clesio
Via Vittorio Alfieri 1/5
Trento
Tel. 0461 266252
Fax 0461 261387

GLI INDIRIZZI DEL MESE

Ristorante Do Leoni

Gioiello dell'Hotel Londra Palace, Ristorante Do Leoni è uno dei templi della cucina veneziana. Il merito è dello chef Loris Indri che, con arte mirabile, coniuga la grande tradizione veneziana con i gusti più innovativi. Ad essere privilegiate sono le materie prime del territorio, sapori e profumi unici per inimitabili piatti di terra e di mare. Splendida la sala con cristalli artistici e quadri originali, un incanto la veranda su Riva degli Schiavoni.

Ristorante Do Leoni
Riva degli Schiavoni
Castello 4171
Venezia
Tel. 041 5200533
Fax 041 5225032
info@londrapalace.com
www.londrapalace.com

Ristorante Al Brindisi

È attivo da un secolo questo storico ritrovo gestito dalla famiglia Rossi, interprete di uno stile fatto di qualità e passione, ben riconoscibile in una cucina che ha le sue radici nella tradizione dei "cicheti" e nel ricettario veneziano. Splendida anche la cantina, che ha visto evolvere l'antica Osteria al Porto di Brindisi rinomata per i vini pugliesi in un locale ricco di pregiate etichette italiane. Al suo interno esposizione di artisti internazionali.

Ristorante Al Brindisi
Campo San Geremia 307
Venezia
Tel. 041 716968
info@albrindisi.it
www.albrindisi.it

Sangal Restaurant & Lounge Terrace

Design, high cuisine, atmosfera, moda, cocktails, wines, finger food, cinema, arte, romance, friends, celebrities, after dinner, night life... Tutto questo a Venezia è Sangal, elegante e sobrio salotto culinario in cui l'originalità degli spazi si fonde con la ricercata semplicità della cucina. Lungo percorsi dal pesce alle carni sino ai dolci della casa, ogni proposta regala una liason di colori e piaceri, sensazioni e sapori dagli chef Matteo Tagliapietra e Valentino Cassanelli.

Sangal Restaurant & Lounge Terrace
San Marco 1089
Venezia
Tel. 041 3192747
www.sangal.it
info@sangalvenicerestaurant.com

Peccati di Gola Corsi di Cucina

I Corsi di Cucina di Peccati di Gola nascono nel lontano 1989 grazie a Roberta Molani che apre questa scuola di cucina a Mestre. Da allora la scuola si è ampliata per numero di sedi ed insegnanti ed è attualmente presente in 14 città italiane tra cui Pordenone, Udine, Gorizia e Trieste. Più di 50 corsi si alternano nei calendari delle varie sedi: dai corsi base di cucina generale, di pesce, di pasticceria, di pane, ai corsi nuovi e originali come la Cucina Veloce, Happy Hour, e Sushi.

Peccati di Gola Corsi di Cucina
www.peccatidigola.info
Udine: Gabriella Pecchia 328 9277999 - Trieste e Gorizia: Monica Cantile 347 3657731- Pordenone: Erica Parpinel 329 5344263 - Mestre: Roberta Molani 339 5251493

Ristorante Belvedere

Nel cuore di Bassano, il Ristorante Belvedere rappresenta il nome e la tradizione della famiglia Bonotto. Ristoratori con una grande storia di professionalità, cordialità, cortesia e attenzione nel servizio, propongono un vero concerto di sapori che, rispettando il ritmo delle stagioni, propone il meglio della tipica cucina territoriale e regionale. Con quattro sale ideali anche per eventi, dal lunedì al venerdì offre Hallo Lunch per pasti veloci con gusto.

Ristorante Belvedere ristorante del buon ricordo
Via delle Fosse 1
Bassano del Grappa (VI)
Tel. 0424 524988
Fax 0424 522187
www.bonotto.it
ristorantebelvedere@bonotto.it

Il Filò delle Vigne

Nel Parco dei Colli Euganei, l'Azienda Agricola coltiva una ventina di ettari a vigneto in terreni vocati e in un habitat eccezionale per microclima e luminosità. Nella gamma il DOC Cabernet 2007 Vigna Cecilia, il Calto delle Fate IGT 2008, il Fior d'Arancio spumante, il Luna del Parco Fior d'Arancio tranquillo di vendemmia dicembrina e, fiore all'occhiello, il Tre Bicchieri Borgo delle Casette Riserva 2006, blend di Cabernet Sauvignon con pennellata di Franc e saldo di Carmenere.

Il Filò delle Vigne
Via Terralba 14
Baone (PD)
Tel. e Fax 049 8978895
Tel. cantina 0429 56243
info@ilfilodellevigne.it
www.ilfilodellevigne.it

Salumificio Bovo

Attivo dal 1987 alle porte di Verona, questo piccolo salumificio caratterizzato da un'alta qualità artigianale ha saputo imporsi nel territorio grazie a una distribuzione ben mirata, esclusivamente rivolta a selezionate gastronomie e ristoranti di alto livello. Nella ricca gamma di saporite specialità una particolare nota di merito va alle tipiche soppresse veronesi, ai gustosi cotechini, alle irresistibili salamelle e all'imbattibile pancetta stagionata.

Salumificio Bovo
Via Lago di Garda 29
Buttapietra (VR)
Tel. e Fax 045 542014
salumificiobovo@tiscali.it

Garzotto Rocco & Figlio

È una storia di passione quella di Garzotto Rocco & Figlio, iniziata a Cologna Veneta nel 1840 con l'ideazione del celebre e pregiato mandorlato, frutto di una semplice quanto geniale intuizione: amalgamare il miele, cibo degli dei, con albume d'uovo, zucchero e mandorle sbucciate... Nasce così una specialità tutta italiana, all'insegna della qualità ma anche di una manualità e di una creatività che hanno dato origine ad esclusive tecniche di lavorazione.

Garzotto Rocco & Figlio
Via Pietro Mabil 1
Cologna Veneta (VR)
Tel. 0442 85162
Fax 0442 411566
www.garzottorocco.com
garzottorocco@garzottorocco.com

Ristorante Pizzeria Lenci Tre

Inserito in una cornice tipicamente montana, vi conquisterà con una cucina fatta di passione, cultura e tradizione, capace di valorizzare al meglio i prodotti del territorio. Nel ricco menu, frutto della continua ricerca di sapori originali e innovativi, zuppe di stagione, gustosi risotti, delicati arrosti, carne e pesce con polenta e dolci rigorosamente fatti in casa. Ottima anche la pizza, resa più leggera e digeribile dal mix di farine selezionate e soia.

Ristorante Pizzeria Lenci Tre
Via M. Piccoli 61
Bosco Chiesanuova (VR)
Tel. e Fax 045 7050057
lenci.tre@libero.it

Villa Toscana

Luogo di coccole e atmosfere, Hotel Villa Toscana è un piccolo albergo di charme dallo stile semplice e raffinato. Con 9 accoglienti camere dal design tradizionale toscano e servizio massaggi, propone l'ottima cucina del Ristorante Tuscany: piatti tipici, ricette versiliesi, pane e dolci fatti in casa, formaggi e affettati del territorio, specialità di carne e pesce, pietanze vegetariane: da non perdere gli stuzzicanti brunch del sabato e domenica mattina.

Villa Toscana
Viale Colombo 209
Lido di Camaiore (LU)
Tel. 0584 905109
Fax 0584 905043
info@hotelvillatoscana.com
www.hotelvillatoscana.com

Ristorante Pizzeria La Mora

Accogliente ritrovo di quartiere, La Mora nasce come pizzeria per trasformarsi, con l'introduzione di sempre più sfiziosi piatti, in un ristorante ideale per famiglie. La cucina propone specialità toscane, prime fra tutte la ribollita, la zuppa di farro e fagioli, la cecina, le pappardelle al cinghiale, i toscanissimi crostini ai fegatini di pollo, il ciaccino ripieno... Deliziosi i dolci fatti in casa e cotti nel forno a legna. Gradita la prenotazione.

Ristorante Pizzeria La Mora
Piazza Crati 13
Roma
Tel. 06 86206613
www.ristorante-lamora.it

Ristorante De Gustibus

Situato tra il Lazio e la Campania in un'area famosa per i tanti siti archeologici, il Ristorante De Gustibus offre all'incrocio fra la via Appia e la Domitiana l'irresistibile incontro con i migliori piatti tipici di un territorio ricco di storia e tradizioni. Qui il titolare Antonio Sparagna e la sua brigata offrono non solo una cordialissima accoglienza ma soprattutto autentici sapori campani e selezionati vini locali e nazionali. Chiuso il giovedì.

Ristorante De Gustibus
Via G. Leopardi 5/7
Cellole (CE)
Cell. 329 7667699
de.gustibus.sas@gmail.com

Ristorante Antica Taverna

Ai peccati di gola è impossibile rinunciare... Soprattutto qui all'Antica Taverna nei pressi di Castel Sant'Angelo, dove i sapori sono quelli tipicamente capitolini del patron Paolo e della sua signora Veronica. Le accoglienti atmosfere invitano a scegliere tra le svariate specialità della tradizione, piatti poveri ma caratteristici, tutti da accompagnare a un buon bicchiere di vino della casa. Fra i tanti spiccano i classici: rigatoni co' la pajata, spaghetti cacio e pepe, fagioli con le cotiche, rigatoni melanzane e ricotta, risotto alla zucca gialla, abbacchio, coda alla vaccinara, coniglio alla cacciatora, anatra arrosto con patate. Gran finale con i dolci al cucchiaio preparati in casa.

Via Monte Giordano 12 - Roma - Tel. 06 68801053
www.anticatavernamangiabene.it

Tè e Teiere

Più che un negozio, Tè e Teiere è un vero e proprio viaggio sensoriale offerto col sorriso da Alessandra Celi. Nel cuore del centro storico, saprà entusiasmarvi non solo con le sue oltre cento varietà di tè di alta qualità frutto del lavoro di selezionati produttori, ma anche con una ricca e ricercata scelta di splendide teiere e tazze. La vostra vista, il tatto e l'olfatto troveranno qui mille motivi di interesse e piacere: tè per tutti i gusti, sempre freschi grazie agli arrivi settimanali da tutto il mondo, coltivati con sapienza nei migliori giardini della Cina, di Taiwan, del Giappone, dell'India e di Ceylon, e poi le bellissime teiere Yixing, le ciotole giapponesi, i vassoi tailandesi e le tisaniere indiane assieme alle innovative forme danesi, inglesi, tedesche e italiane, alle scatole da tè, agli utensili per l'infusione… Non mancano infine soluzioni per chi il tè non lo può bere: Fra i magnifici contenitori rossi una selezione di infusi senza caffeina, per una buona e salutare bevanda da consumare in ogni momento della giornata. Interessante e raffinata la selezione di biscotti dolci e salati, marmellate e zuccheri aromatizzati.

Via del Pellegrino 85 - Roma - Tel. e Fax 06 6868824
info@teeteiere.it - www.teeteiere.it

QUANDO IL MARE È IN TAVOLA

I GROTTINI DI SAN FELICE CIRCEO, DUE FESTE PER IL PALATO

Una tradizione familiare che dagli anni '60 si distingue per l'accoglienza e l'alta qualità della cucina ha dato vita a due rendez-vous da grand gourmet: **IL GROTTINO DAL 1963** nel centro storico all'ombra della torre dei Templari e **IL GROTTINO AL PORTO** affacciato sulla darsena di San Felice Circeo. La conduzione è nelle sapienti mani di Paolo e Marina, ben coadiuvati da un affiatato staff di alto livello professionale. "Se oggi alle nostre tavole si siedono i figli dei nostri primi ospiti - racconta il titolare Paolo Pagliuca, globetrotter ed esperto di cucina internazionale - dobbiamo ringraziare il nostro semplice segreto: da sempre serviamo il mare in tavola. Il miglior pescato di queste acque, spigole, rombi, orate e scampi, arriva qui per rendere unici i nostri piatti, basati su ricette amalfitane e arricchiti con gli aromi del Parco Nazionale del Circeo". Il resto lo fa la cantina con le sue pregiate etichette.

Il Grottino dal 1963 Trattoria Pizzeria - P.zza V. Veneto 2
Centro Storico - S. Felice Circeo (LT) - Tel. 0773 548446

Il Grottino al Porto Trattoria - Via A. Bergamini 58
S. Felice Circeo (LT) - Tel. 0773 549036

Trattoria
"GIGGETTO AL PORTICO D'OTTAVIA"

Carciofo alla Giudia

RICETTA
CARCIOFI ALLA GIUDIA

Si spogliano i carciofi dalle foglie verdi tagliando anche il torso fino al bianco. Poi, con un coltello appuntito e tagliente, si incidono a spirale, partendo dal torso verso le cime, in modo da eliminare tutta la parte coriacea.
I carciofi, salati, sono messi a friggere con molto olio: devono galleggiare. Dopo 20 minuti, si tolgono, e si aprono a forma di rosa..
Si rimettono in padella nell'olio a fuoco fortissimo per un paio di minuti, e infine si fanno scolare su una teglia bucata, e vengono serviti ben caldi.

Nel cuore di Roma antica, accanto al Portico d'Ottavia, Giggetto" è una delle più suggestive trattorie capitoline, ideale per gustare la vera cucina romana ed ebraica. Era il 1923 quando Luigi Ceccarelli decise di aprire con la moglie Ines un'osteria tipica della tradizione. Oggi Franco Ceccarelli e la moglie Lidia, con l'aiuto del figlio Claudio, continuano a proporre i piatti semplici ma saporiti della gastronomia romana, primo fra tutti "i carciofi alla giudia". Offre inoltre una fornitissima enoteca con vini d'annata e millesimati, conservati a temperatura ottimale nella cantina ricavata dalle antiche fondamenta del Portico d'Ottavia.

Via Del Portico D'Ottavia 21/A-22 - ROMA - Tel. 06 6861105 - Fax 06 6832106 - www.giggettoalportico.it

SARDEGNA GLI INDIRIZZI DEL MESE

Strazzera Il meglio del Mare

Attiva da quasi un secolo nel mercato ittico regionale, la famiglia Strazzera offre il meglio dei mari sardi e internazionali. Tra le sue proposte pesce fresco o congelato, semilavorati pronti per la cottura e, tra le novità, la nuova linea Prontointavola, delizie artigianali per un pratico uso nella cucina professionale come in quella domestica. Di grande successo gli antipasti e insalate di polpo, i preparati per risotti e piatti regionali, la bottarga, gli affumicati sardi e gli essiccati.

Strazzera
Il meglio del mare
Via Natta s.n. - Z. I. Est
Casic - Elmas (CA)
Fax 070 6400357
www.strazzeramare.it
info@strazzeramare.it

Argiolas

Due nuovi vini nascono qui da antichissimi vitigni sardi per affascinare e sorprendere i veri intenditori. Iselis Bianco è un Nasco vinificato in secco anticipando la vendemmia. Unito a un tocco di Vermentino vanta profumo di fiori gialli e frutti, gusto ampio e avvolgente. Iselis Rosso fa invece scoprire un Monica complesso, strutturato, arricchito da Carignano e Bovale. Il suo gusto armonico e vellutato è perfetto per i sapori decisi della cucina sarda.

Argiolas
Via Roma 28/30
Serdiana (CA)
Tel. 070 740606
Fax 070 743264
www.argiolas.it
info@argiolas.it

Olio Extravergine DOP Sardegna San Giuliano

L'Olio Dop Sardegna San Giuliano nasce dalla spremitura a freddo con molazze in granito delle migliori cultivar Bosana e, in misura minore, Semidana. Di colore giallo, con sfumature smeraldo, fine all'olfatto, con note floreali e sentori di mela e banana, ricorda al palato i sapori del carciofo, del cardo selvatico e del pomodoro verde. L'amaro e il piccante sono armonicamente percepibili. Eccellente su zuppe, verdure, pesci al sale e carni alla brace.

Olio Extravergine
San Giuliano
Domenico Manca Spa
Via Carrabuffas 56
Alghero (SS)
Tel. 079 977215
Fax 079 977349
www.sangiuliano.it
info@sangiuliano.it

RINGRAZIAMO TUTTE LE AZIENDE CHE HANNO COLLABORATO ALLA REALIZZAZIONE DEI NOSTRI SERVIZI FOTOGRAFICI

ABITO QUI
tel. 0229002518
www.abitoqui.it

ALESSI
tel. 0323868611
www.alessi.it

ALPI
tel. 0546945411
www.alpi.it

ASA SELECTION DA LA RINASCENTE
www.asa-selection.com

BITOSSI HOME
tel. 057154511
www.bitossihome.it

BORMIOLI ROCCO
tel. 05245111
www.bormiolirocco.com

CENTROTAVOLA
tel. 0236537755
www.centrotavolamilano.it

CERAMICA BARDELLI
tel. 029025181
www.bardelli.it

CERAMICHE NICOLA FASANO
tel. 0995661037
www.fasanocnf.it

COLTELLERIE BERTI
tel. 0558469903
www.coltellerieberti.it

COMTESSE DISTR. ITALTRADE
tel. 01084241
www.italtrade.eu

CRISTALLERIE LIVELLARA
tel. 0239322741
www.livellara.com

DE PADOVA
tel. 02777201
www.depadova.it

EMILE HENRY
www.emilehenry.com

FARROW & BALL
www.farrow-ball.com

GEFU DISTR. SCHÖNHUBER
tel. 0474571000
www.schoenhuber.com

I GIARDINI DI VIA S. MAURILIO
tel. 0280583154
www.giardinidiviasanmaurilio.it

IITTALA DA JANNELLI & VOLPI
tel. 02205231
www.iittala.com

ISI MILANO
tel. 028321883
www.isimilano.com

J&V STORE
tel. 02205231
www.jannellievolpi.it

KATHAY INTERNATIONAL FOOD STORES
tel. 0233105368
www.kathay.it

L'ABITARE DISTR. CORRADO CORRADI
tel. 025099421
www.labitare.mi.it

LA RINASCENTE
www.larinascente.it

L'HUB
tel. 0245548183
www.l-hub.it

MADE A MANO
www.madeamano.com

MARIMEKKO DA J&V STORE
tel. 02205231
www.marimekko.com

MAXWELL & WILLIAMS DISTR. CRISTALLERIE LIVELLARA
tel. 0239322741
www.livellara.com

MC SELVINI
tel. 0276021408
www.mcselvini.it

MONETA DISTR. ALLUFLON
tel. 07219801
www.moneta.it

NELLA LONGARI
tel. 02782066
www.nellalongari.com

PANDORA DESIGN
tel. 02316157
www.pandoradesign.it

QUAGLIOTTI
tel. 0119413720
www.quagliotti1933.it

RAW
tel. 0248024785
www.rawmilano.it

RE
www.re-foundobjects.com

RICHARD GINORI 1735
tel. 055420491
www.richardginori1735.com

ROSSANA ORLANDI
tel. 024674471
www.rossanaorlandi.com

RUBELLI
tel. 0412584411
www.rubelli.com

SAMBONET PADERNO
tel. 0321879711
www.sambonet.it

SECONDOME DA LA RINASCENTE
www.secondome.eu

SELETTI
tel. 037588561
www.seletti.com

TESCOMA
tel. 0307751394
www.tescoma.com

TESSILARTE
tel. 055364097
www.tessilarte.it

THIBAUT DA SILVA
tel. 0289400788
www.silvatessuti.it

TISCHLEIN DECK DICH BY ANNA BLATTERT + CLAUDIA HEINIGER DA EST11FIRENZE
tel. 0554089037
www.est11-firenze.com

VILLEROY & BOCH
tel. 026558491
www.villeroy-boch.com

Proprietà letteraria e artistica riservata ©2011 by Editrice Quadratum S.p.A.
P.zza Aspromonte 13 - 20131 Milano
Direzione e Redazione: tel. 02/70642.1 - Fax 02/70638544
E-mail: cucina@quadratum.it; website: www.lacucinaitaliana.it

ABBONAMENTI

CANONI DI ABBONAMENTO

ITALIA: € 37,00 (+ € 1,90 come contributo per spese di spedizione) annuale
ESTERO: via superficie € 88,00 annuale
via aerea € 130,00 annuale

MODALITÀ DI ABBONAMENTO
Tramite Internet all'indirizzo: www.abbonamenti.it, via fax allo 030/3198202. Il pagamento può essere effettuato con c/c postale n. 77003101 intestato a: Press-Di Distribuzione Stampa e Multimedia Srl Abbonamenti, con carte di credito American Express, CartaSi, Diners, Visa

SERVIZIO INFORMAZIONI E SEGRETERIA ABBONATI

Da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 18.00, tel. 02/66814363 (per Milano e provincia), 199111999 (per il resto d'Italia); fax 030/3198202, e-mail: abbonamenti@mondadori.it
Titolare trattamento dati D. Lgs. 196/2003: Editrice Quadratum S.p.A. P.zza Aspromonte 13, 20131 Milano.
Responsabile trattamento dati abbonamenti: Press-Di Srl Ufficio privacy, via Cassanese 224, 20090 Segrate (Milano)

SERVIZIO ARRETRATI E CUSTODIE

Per informazioni: tel. 02/70642280; e-mail: arretrati@quadratum.it
Copia arretrata € 12 incluse le spese di spedizione; custodia per 12 numeri € 14,90 incluse le spese di spedizione.

Concessionaria esclusiva di pubblicità:
Il Sole 24 ORE S.p.A. - System
Direttore Generale Gianni Vallardi
Direzione e Amministrazione
Via Monte Rosa, 91 – 20149 Milano
Tel. 02 3022.1/.3837/.3807, Fax 02 3022.3214,
e-mail: direzionegeneralesystem@ilsole24ore.com
Filiali
Milano e Lombardia: 20016 Pero (Milano), via Pisacane, 1, Tel. 02 3022.3842/.3859, Fax 02 3022.3951, filiale.milanoelombardia@ilsole24ore.com
Emilia-Romagna e Marche: 40126 Bologna, Via Goito, 13, Tel. 051 6575.1/962/963, Fax 051 239717 filiale.bologna@ilsole24ore.com
Nord-Ovest: 10129 Torino, C.so Galileo Ferraris, 108, Tel. 011 5139811, Fax 011 593846, filiale.torinoenordovest@ilsole24ore.com
Triveneto: 35137 Padova, Gall. Borromeo, 4, Tel. 049 655288, Fax 049 655612, filiale.triveneto@ilsole24ore.com
Centro: 00185 Roma, P.zza dell'Indipendenza, 23 B/C, Tel. 06 3022.6100, Fax 06 6786715, filiale.centro@ilsole24ore.com
Sud: 00185 Roma, P.zza dell'Indipendenza, 23 B/C, Tel. 06 3022.6110, Fax 06 3022.6162, filiale.sud@ilsole24ore.com
Estero: 20016 Pero (Milano), via Pisacane, 1, Tel. 02 3022.3809/.3527, Fax 02 3022.3619, internationaladvertisingdivision@ilsole24ore.com.
Uffici
Genova: 16121 Via Fieschi, 3/15, Tel. 010 586263/5531905, Fax 010 581478, filiale.torinoenordovest@ilsole24ore.com
Firenze: 50122 P.zza dei Peruzzi, 4, Tel. 055 238521, Fax 055 2396232, filiale.torinoenordovest@ilsole24ore.com
Napoli: 80138 C.so Umberto I, 7, Tel. 081 5471111, Fax 081 5529711, filiale.sud@ilsole24ore.com

Fotolito: Lito Scan Bencetti, via Gallarate 116, Milano. **Stampa:** Rotolito Lombarda, Cernusco sul Naviglio. **Distributore esclusivo per l'Italia:** A. & G. Marco, via De Amicis 53, Milano, tel. 02/25261. **Distribuzione estero:** Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E - Agenzia Italiana di Esportazione S.p.A, Via Manzoni, 12, 20089 Rozzano (Milano), Tel. 02 5753911, Fax 02 57512606, www.aie-mag.com. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15-6-1951.
Testi e fotografie, anche se non pubblicati, non si restituiscono.

Richiesto per il 2011 Accertamento Diffusione Stampa

L'arte
di ricevere
all'aperto.

LE COPERTURE